



IRENE HERNÁNDEZ MENDOZA
MENTOR | COACH | SPEAKER

3er. Paso para ser una Mujer **GOLD**

PLANIFICACIÓN Y ACCIONAR

“Sin planificación, no hay dirección. Sin acción, no hay expansión.”

Una Mujer GOLD que brilla en redes de mercadeo no improvisa: planifica con intención y acciona con enfoque.

Pero para accionar correctamente, debe haber pasado por el Paso 2: haber conectado profundamente con su *POR QUÉ*, su *PARA QUÉ* y su *CÓMO*.

Eso le da dirección, claridad y propósito.

¿Te sentiste perdida, desconectada, sin ganas o sin resultados?

No es falta de talento. Es falta de alineación.

Vuelve al Paso 2.

Conecta con tu propósito, tu visión y tu energía original.

Desde ahí, vuelve a este paso y planea.

OBJETIVO DE ESTE PASO:

- ✓ Definir acciones concretas que te acerquen a tus metas.
- ✓ Distinguir entre lo urgente y lo importante.
- ✓ Identificar qué tipo de actividades realmente generan resultados (acciones de alto valor).
- ✓ Crear un mapa semanal de acción alineada.

MATERIAL DE TRABAJO: PLAN DE ACCIÓN GOLD

1. CUADRO DE ACCIONES: ALTO VALOR vs. BAJO VALOR

Tipo de Acción ¿Qué actividad es? ¿Qué resultado genera? ¿Me acerca o me aleja de mi meta?
¿Con qué energía la hago?

Alto Valor Ej: Hacer una presentación 1:1 Me acerca a una afiliación o venta Me acerca Con entusiasmo y propósito

Bajo Valor Ej: Pasar 2 hrs en redes sin intención Ninguno, solo me distrae Me aleja Desde la evasión



+52 33 1142 2808



@irene_hdez



Irene Hernández Mendoza



Irene Hernández Mendoza



IRENE HERNÁNDEZ MENDOZA
MENTOR | COACH | SPEAKER

👉 Instrucción: Completa el cuadro con acciones que sueles realizar durante la semana. Evalúa su impacto real.



ALTO VALOR

IRENE HERNÁNDEZ MENDOZA

MENTOR | COACH | SPEAKER



BAJO VALOR



+52 33 1142 2808



@irene_hdezm



Irene Hernández Mendoza



Irene Hernández Mendoza



IRENE HERNÁNDEZ MENDOZA
MENTOR | COACH | SPEAKER

2. PLAN SEMANAL DE ACCIÓN ALINEADA

Anota 3 acciones diarias de alto valor por día. Menos es más si lo haces con enfoque.

LUNES



¿Las ejecuté?

Acción 1: _____

☐

Acción 2: _____

☐

Acción 3: _____

☐

Reflexión del día:

_____.

👉 Instrucción: Planifica el domingo por la noche o el lunes temprano. Al cerrar el día, marca si lo ejecutaste y escribe tu reflexión: ¿Qué aprendiste? ¿Qué debes ajustar?



+52 33 1142 2808



@irene_hdez m



Irene Hernández Mendoza



Irene Hernández Mendoza



IRENE HERNÁNDEZ MENDOZA
MENTOR | COACH | SPEAKER

MARTES

Acción 1: _____

Acción 2: _____

Acción 3: _____

Reflexión del día:



¿Las ejecuté?

☐☐☐

IRENE HERNÁNDEZ MENDOZA

MENTOR | COACH | SPEAKER



+52 33 1142 2808



@irene_hdez



Irene Hernández Mendoza



Irene Hernández Mendoza



IRENE HERNÁNDEZ MENDOZA
MENTOR | COACH | SPEAKER

MIÉRCOLES

Acción 1: _____

Acción 2: _____

Acción 3: _____

Reflexión del día:



¿Las ejecuté?

☐☐☐

IRENE HERNÁNDEZ MENDOZA

MENTOR | COACH | SPEAKER



+52 33 1142 2808



@irene_hdez



Irene Hernández Mendoza



Irene Hernández Mendoza



IRENE HERNÁNDEZ MENDOZA
MENTOR | COACH | SPEAKER

JUEVES

Acción 1: _____

Acción 2: _____

Acción 3: _____



¿Las ejecuté?

☐☐☐

Reflexión del día:



+52 33 1142 2808



@irene_hdez



Irene Hernández Mendoza



Irene Hernández Mendoza



IRENE HERNÁNDEZ MENDOZA
MENTOR | COACH | SPEAKER

VIERNES

Acción 1: _____

Acción 2: _____

Acción 3: _____



¿Las ejecuté?

☐☐☐

Reflexión del día:



+52 33 1142 2808



@irene_hdez



Irene Hernández Mendoza



Irene Hernández Mendoza



IRENE HERNÁNDEZ MENDOZA
MENTOR | COACH | SPEAKER

SÁBADO

Acción 1: _____

Acción 2: _____

Acción 3: _____

Reflexión del día:



¿Las ejecuté?

☐☐☐

IRENE HERNÁNDEZ MENDOZA

MENTOR | COACH | SPEAKER



+52 33 1142 2808



@irene_hdez



Irene Hernández Mendoza



Irene Hernández Mendoza



IRENE HERNÁNDEZ MENDOZA
MENTOR | COACH | SPEAKER

DOMINGO

Acción 1: _____

Acción 2: _____

Acción 3: _____

Reflexión del día:



¿Las ejecuté?

☐☐☐

IRENE HERNÁNDEZ MENDOZA

MENTOR | COACH | SPEAKER



+52 33 1142 2808



@irene_hdez



Irene Hernández Mendoza



Irene Hernández Mendoza



IRENE HERNÁNDEZ MENDOZA
MENTOR | COACH | SPEAKER

3. PREGUNTAS DE AUTOEVALUACIÓN

Responde cada domingo para ajustar tu enfoque la semana siguiente:

- ¿Qué acciones me acercaron a mi meta esta semana? _____

_____.
- ¿Qué acciones fueron pérdida de energía o tiempo? _____

_____.
- ¿Estoy ejecutando desde mi propósito o desde la obligación? _____

_____.
- ¿Qué necesito mejorar o sostener para seguir avanzando? _____

_____.

 FRASE DE GUÍA PARA ESTE PASO:

"Mi éxito no es cuestión de suerte, es cuestión de enfoque, energía y acciones alineadas."



+52 33 1142 2808



@irene_hdezm



Irene Hernández Mendoza



Irene Hernández Mendoza