

THE EMERGENT TASK TIMER

SEE WHERE YOUR TIME IS ACTUALLY GOING

QUICK INSTRUCTIONS Write down important "must do" tasks then fill-in START HOUR through END. Use an interval timer that chimes every 15 minutes to remind you to **note what you are doing**. Fill-in corresponding time bubble. Add new task/distraction lines as needed. At the end of your day, you'll have a visual chart of where your time has gone. For more info, visit <http://davidseah.com/pceo/ett>

DATE _____

THREE MAJOR TASKS FOR TODAY

What you want to focus on today!

START	7AM	8AM	9AM	10AM	11AM	12PM	1PM	2PM	3PM	4PM	5PM	6PM	7PM	8PM	9PM	10PM	TOTAL TIME
01 _____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	_____
02 _____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	_____
03 _____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	_____

STUFF THAT "JUST HAPPENED"

Add justified distractions starting from the top...

START	7AM	8AM	9AM	10AM	11AM	12PM	1PM	2PM	3PM	4PM	5PM	6PM	7PM	8PM	9PM	10PM	
04 _____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	_____
05 _____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	_____
06 _____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	_____
07 _____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	_____
08 _____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	_____
09 _____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	_____
10 _____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	_____
11 _____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	_____
12 _____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	_____
13 _____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	_____
14 _____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000	_____

...and add questionable distractions from the bottom

TO USE EXTENDED TIME
Crease at vertical line (on right) and fold to the arrows.
The task list will be visible, overlaying the note area!

01	_____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000
02	_____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000
03	_____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000

04	_____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000
05	_____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000
06	_____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000
07	_____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000
08	_____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000
09	_____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000
10	_____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000
11	_____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000
12	_____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000
13	_____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000
14	_____	0000	0000	0000	0000	0000	0000	0000

TO USE EXTENDED TIME
Crease at vertical line (on right) and fold to the arrows.
The task list will be visible, overlaying the note area!