|  |  |
| --- | --- |
| UI (Urgente Importante)  Atividades Diárias (Alto grau Stress), decisões que não pode esperar é importante p/ sua rotina e seu negócio. | NUI (Não Urgente e Importante)  Qualidade, e melhores resultados e alta produtividade. |
| UNI (Urgente e Não Importante)  40% Desperdício | NUNI (Não Urgente e Não Importante)  40% Desperdício |

Baseado na tabela acima é necessário fazer um mapeamento do tempo pessoal e profissional.

Como se fosse uma agenda onde será descrito a quantidade de minutos diários gasto por você em suas atividades para que se possa fazer um cálculo de quantos % é utilizado por cada atividade. Caso tenha alguma atividade que seja mensal, quinzenal também descrever .