

Cael trefn ar eich diwrnod

Os ydych chi am fod yn drefnus mae amserlen yn hollbwysig . Ond bydd cynllun hyblyg i'ch diwrnod, eich wythnos a'ch semester yn help aruthrol i chi fod yn drefnus.

Dyma rai awgrymiadau:

Dysgwch roi'r flaenoriaeth i'r hyn yr ydych chi angen ei wneud, nid yr hyn rydych am ei wneud.

Defnyddiwch gynlluniwr, boed y neu'n un digidol ar eich ffôn, eich cyfrifiadur. Pan fyddwch yn cael nodwch ef yn y cynlluniwr yn syth

Wrth ddioli gwaith papur neu eby cynlluniwr wrth law. Gellwch gadw wybodaeth mewn cynlluniwr, felly gwaith papur neu ddileu'r ebost.

Treuliwch ychydig o funudau bob fyddwch yn y gwely neu'n bwyta b meddwl am eich diwrnod. Edrych cynlluniwr yn rheolaidd. Gwnewch meddwl (neu ysgrifennwch y rhes

Cael trefn - mwy o awgrymiadau

Peidiwch â gosod gormod o dasgau i chi eich hun. Wnewch chi ddim ond