

Planejamento Anual

Hábitos 2021

SEU DIÁRIO DE BONS HÁBITOS

Hábitos 2021

EXEMPLO:

META: BEBER 2L DE ÁGUA

JAN	✓	✓	✓	✓	✓														

META: IR À ACADEMIA

JAN	✓	✓	✓																

META: NÃO TOMAR REFRIGERANTE

JAN	✓	✓																	

META: LER 1 CAPÍTULO DO LIVRO

JAN	✓	✓	✓	✓															

MEU DIÁRIO DE BONS HÁBITOS

Janeiro 2021

