quadro
DE ATIVIDADES

MODELOS PARA IMPRIMIR

Preencha os campos e salve uma cópia, ou imprima.

SEMANA DE _____ **A** _____

Minha semana, com clareza.

Planeje o essencial, distribua os compromissos e deixe espaço para a vida acontecer.

3 PRIORIDADES DA SEMANA

01 _____ 02 _____ 03 _____

SEGUNDA _____

TERÇA _____

QUARTA _____

QUINTA _____

SEXTA _____

SÁBADO _____

DOMINGO _____

NOTAS E LEMBRETES

HÁBITOS QUE QUERO CULTIVAR

	S	T	Q	Q	S	S	D
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐