

planejamento

SEMANAL

Segunda

-
-
-
-
-
-
-

Terça

-
-
-
-
-
-
-

Quarta

-
-
-
-
-
-
-

Quinta

-
-
-
-
-
-
-

Sexta

-
-
-
-
-
-
-

Sábado / Domingo

-
-
-
-
-
-
-

Anotações importantes:

Checklist

<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____

Planejamento Diário

Data: _____

S T Q Q S S D

Tarefas Diárias

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

3 Prioridades do dia

- _____
- _____
- _____

Notas

Refeições

Café da manhã

Almoço

Lanche da Tarde

Jantar

Ganhos

Gastos

Água

-
-
-
-
-
-
-