

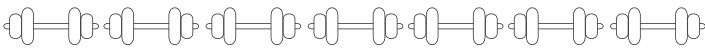
Um dia Perfeito

__/__/__

seg ter qua qui sex sab dom



Hábitos Saudáveis



Tarefas

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

Notas

Objetivos

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

Importante

Compromissos

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

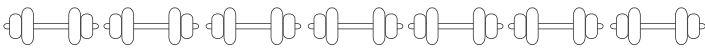
Um dia Perfeito

__/__/__

seg ter qua qui sex sab dom

☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Hábitos Saudáveis



Tarefas

☐ _____

☐ _____

☐ _____

☐ _____

☐ _____

☐ _____

Notas

Objetivos

☐ _____

☐ _____

☐ _____

☐ _____

☐ _____

☐ _____

Importante

Compromissos

☐ _____

☐ _____

☐ _____

☐ _____

☐ _____

☐ _____