

*“Viva como um selo postal – Cole-se num único objetivo até alcançá-lo”*

*( Josh Bellings )*



# PLANEJAMENTO SEMANAL

Semana de \_\_\_\_\_ a \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

Nome: \_\_\_\_\_

Meta da semana:

-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

Ganhos casos dê Certo:

-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

Perdas Caso não dê certo:

-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

COISAS PARA LEMBRAR DE NÃO ESQUECER:

-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

| DIA DA SEMANA          | AÇÃO A SER REALIZADA   | RESULTADO PRETENDIDO |
|------------------------|--|----------------------|
| <i>Segunda - feira</i> |  |                      |
| <i>Terça - feira</i>   |  |                      |
| <i>Quarta - feira</i>  |  |                      |
| <i>Quinta - feira</i>  |  |                      |
| <i>Sexta-feira</i>     |  |                      |
| <i>Sábado</i>          |  |                      |
| <i>Domingo</i>         | <a href="http://www.katiamonteiro.com.br">www.katiamonteiro.com.br</a> |                      |

# REVISÃO DIÁRIA

Data \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

Revendo meu dia, o que eu teria feito de diferente:

---

---

---

---

---

---

---

---

Coisas pelas quais quero expressar GRATIDÃO:

---

---

---

---

---

---

---

---

Comportamento / atitude que tive hoje que foi super legal e posso repetir amanhã:

---

---

---

---

---

---

---

---

O que eu aprendi no dia de hoje:

---

---

---

---

---

---

---

---