

# Contrato de hábito semanal para 2021

Eu irei semanalmente: \_\_\_\_\_.

Para cada duas semanas consecutivas que falhar, eu irei: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_. Data: \_\_/\_\_/\_\_\_\_

Assinatura: \_\_\_\_\_ Testemunha: \_\_\_\_\_

<b>01</b> 04-10. JAN	<b>02</b> 11-17. JAN	<b>03</b> 18-24. JAN	<b>04</b> 25-31. JAN	<b>05</b> 01-07. FEV	<b>06</b> 08-14. FEV
<b>07</b> 15-21. FEV	<b>08</b> 22-28. FEV	<b>09</b> 01-07. MAR	<b>10</b> 08-14. MAR	<b>11</b> 15-21. MAR	<b>12</b> 22-28. MAR
<b>13</b> 29.MAR- 04.ABR	<b>14</b> 05-11. ABR	<b>15</b> 12-18. ABR	<b>16</b> 19-25. ABR	<b>17</b> 26.ABR- 02.MAI	<b>18</b> 03-09. MAI
<b>19</b> 10-16. MAI	<b>20</b> 17-23. MAI	<b>21</b> 24-30. MAI	<b>22</b> 31.MAI- 06.JUN	<b>23</b> 07-13. JUN	<b>24</b> 14-20. JUN
<b>25</b> 21-27. JUN	<b>26</b> 28.JUN- 04.JUL	<b>27</b> 05-11. JUL	<b>28</b> 12-18. JUL	<b>29</b> 19-25. JUL	<b>30</b> 26.JUL- 01.AGO
<b>31</b> 02-08. AGO	<b>32</b> 09-15. AGO	<b>33</b> 16-22. AGO	<b>34</b> 23-29. AGO	<b>35</b> 30.AGO- 05.SET	<b>36</b> 06-12. SET
<b>37</b> 13-19. SET	<b>38</b> 20-26. SET	<b>39</b> 27.SET- 03.OUT	<b>40</b> 04-10. OUT	<b>41</b> 11-17. OUT	<b>42</b> 18-24. OUT
<b>43</b> 25-31. OUT	<b>44</b> 01-07. NOV	<b>45</b> 08-14. NOV	<b>46</b> 15-21. NOV	<b>47</b> 22-28. NOV	<b>48</b> 29.NOV- 05.DEZ
<b>49</b> 06-12. DEZ	<b>50</b> 13-19. DEZ	<b>51</b> 20-26. DEZ	<b>52</b> 27.DEZ- 02.JAN.2022	<b>Como utilizar</b> Marcar o quadrado da semana que você cumpriu com um ✓. Se não conseguiu, com ✗.	