

Contrato de Hábito Semanal para 2024

Com o objetivo de me tornar _____ ,
irei semanalmente _____ .

Para cada duas semanas consecutivas que falhar, irei _____
_____. Data: ____ / ____ / 2024

Assinatura: _____ Testemunha: _____

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