

# Contrato de hábito semanal para 2021

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

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

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

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

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