

# Planner

gestão do tempo



Produzido por Mude Estratégia Educacional  
**Todos os direitos reservados**



# 2023

## LINHA DO TEMPO

# MENSAL

Janeiro

Fevereiro

Março

Abril

Maio

Junho

Julho

Agosto

Setembro

Outubro

Novembro

Dezembro





# Planner semanal

Segunda-feira

Terça-feira



Quarta-feira

Quinta-feira

Sexta-feira

Sábado



Domingo

Metas Semanais

Produzido por Mude Estratégia Educacional

**Todos os direitos reservados**



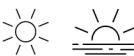


# Planner Diário

D S T Q Q S S

DATA:

CLIMA:



Atividades do meu dia

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



Hoje, sou grato por

Hidratação



Notas

Humor





# Rastreador de Hábitos

Atividade

D

S

T

Q

Q

S

S



O que fazer?

O que posso melhorar?



Produzido por Mude Estratégia Educacional

Todos os direitos reservados



# Anotações



Produzido por Mude Estratégia Educacional

**Todos os direitos reservados**