

| Blok 1  | Blok 2  | Blok 3   | Blok 4  |
|---|---|--|---|
| <b>ROZWÓJ OSOBISTY</b>  | <b>ROZWÓJ W PRACY</b>   | <b>SZUKANIE PRACY</b>  | <b>ZDROWIE, SPORT, OSTRZENIE PIŁY</b>   |
| 60-90 min   | 30 – 90 min   | 30-90 min  | 30-90 min   |
| 1. Planowanie<br>2. Mel Robbins (podcast, kurs)<br>3. Klub 555<br>4. Kuszczewicz (kurs)<br>5. Michał Szafranski (blog, finansowy ninga)<br>6. Atlas pasywnego inwestora<br>7. Trader 21<br>8. Oszajca (epuby, kursy)<br>9. Daniłóś (wyzwania)<br>10. Lech<br>11. Karzełek (7 dni challenge)<br>12. Barszczewski<br>13. Sitkiewicz<br>14. Czytanie | 1. Python<br>2. ML, DL<br>3. Czytanie<br>4. Azzure (kurs od Samaneh)<br>5. Gimp (?)   | 1. CV<br>2. LinkedIn<br>3. FB  | 1. Siłka (kancelarz)<br>2. PTX<br>3. Spacer<br>4. Sport (rower, spacer,...)<br>5. Drzemka<br>6. Czytanie<br>7. Wycieczki w góry |
| Blok 5  | Blok 6  | Blok 7   | Blok 8  |
| <b>ZŁOTA GODZINA</b>  | <b>PORZĄDKI, WYRZUCANIE, PRACE DOMOWE</b>   | <b>DOKUMENTY BIEŻĄCE, OPŁATY</b>   | <b>ZAKUPY, SPRAWY RÓŻNE</b>   |
| 30-90 min   | 10-90 min   | 15-60 min  | 30 min-4 h  |
| 1. Złota godzina<br>2. Plany, marzenia<br>3. Dzienniki (wdzięczności, sukcesów,...)<br>4. Najlepszy rok '23<br>5. Selfmastery.pl<br>6. Rober Rutkowski<br>7. Planowanie<br>8. Rozmowa ze sobą   | 1. Zdjęcia (porządki)<br>2. Dyski HDD (kopie bezpieczeństwa, porządki)<br>3. Instalacje<br>4. Prace domowe (sprzątanie, prasowanie, odkurzanie, wyrzucanie, mycie podłogi, łazienka, kuchnia)<br>5. | 1. Finanse<br>2. E-maile<br>3. Opłaty<br>4. Porządki (kartki, opisy)<br>5.   | 1. Wszelkie wyjścia z domu (zakupy, fryzjer)<br>2.  |
| Blok 9  | Blok 10   | Blok 11  |   |
| <b>NORWESKI</b>   | <b>ŻYCIE TOWARZYSKIE</b>  | <b>POSIŁKI, ROZRYWKA</b>   |   |
| 60-90 min   | 30 min - 12h  | 15-60 min  |   |
| 1.  | 1. Wszelkie spotkania z przyjaciółmi  | 1. Posiłki<br>2. Prysznic<br>3. Higiena (prysznic, toaleta, golenie, ..)<br>4. Muzyka<br>5. Rozrywka (Netflix, YT, wiadomości) | 1.  |