

X

# ACHO QUE JÁ TE CONHEÇO...

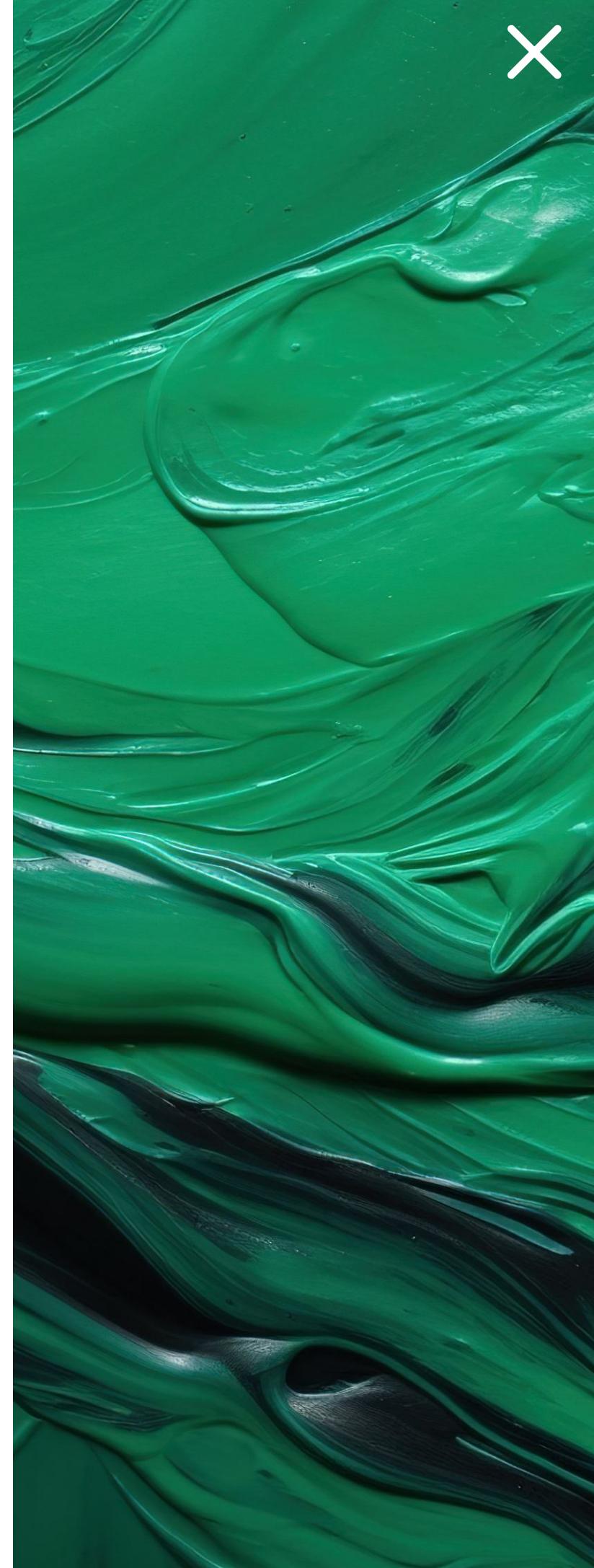
## LOGIN

USUÁRIO

SENHA

REGISTRE-SE

ENTRAR





# QUEM É VOCÊ?

## REGISTRE - SE

USUÁRIO

SENHA

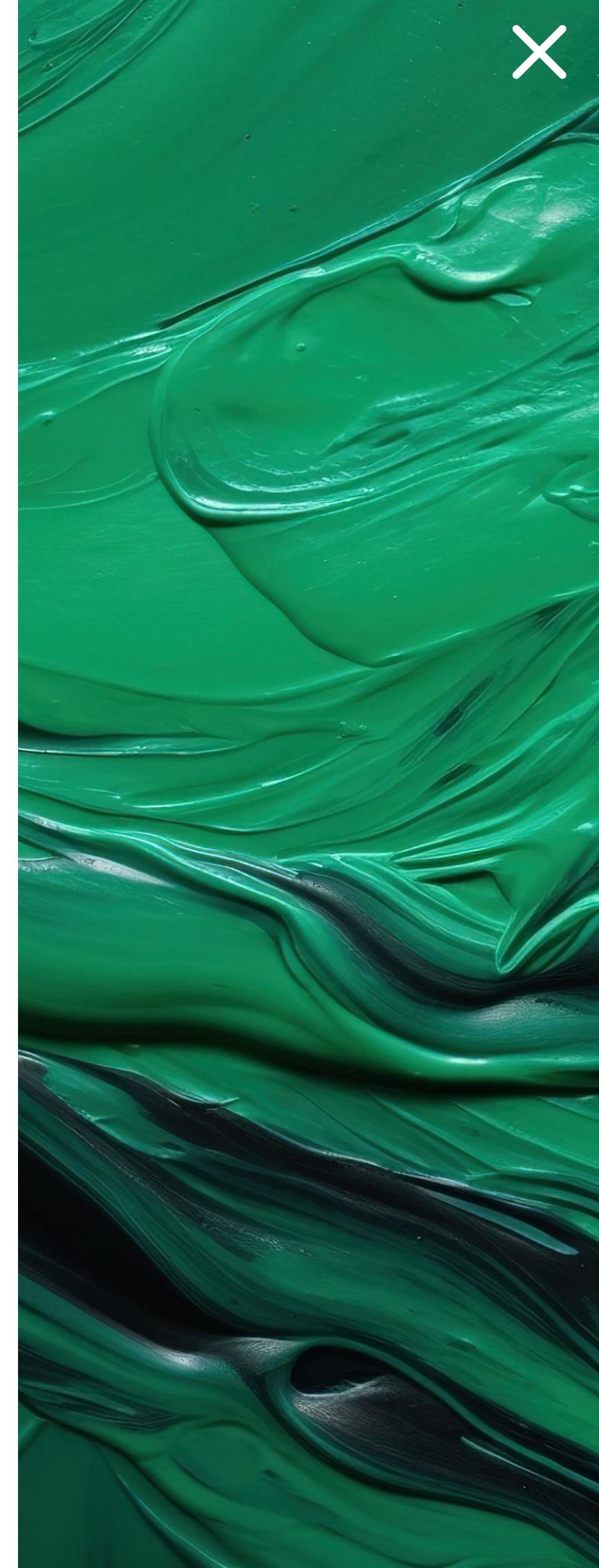
IDADE

GENERO

EMAIL

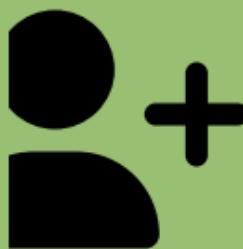
LOGIN

COMEÇAR!





**AGENDA**



**HÁBITOS**



**TAREFAS**

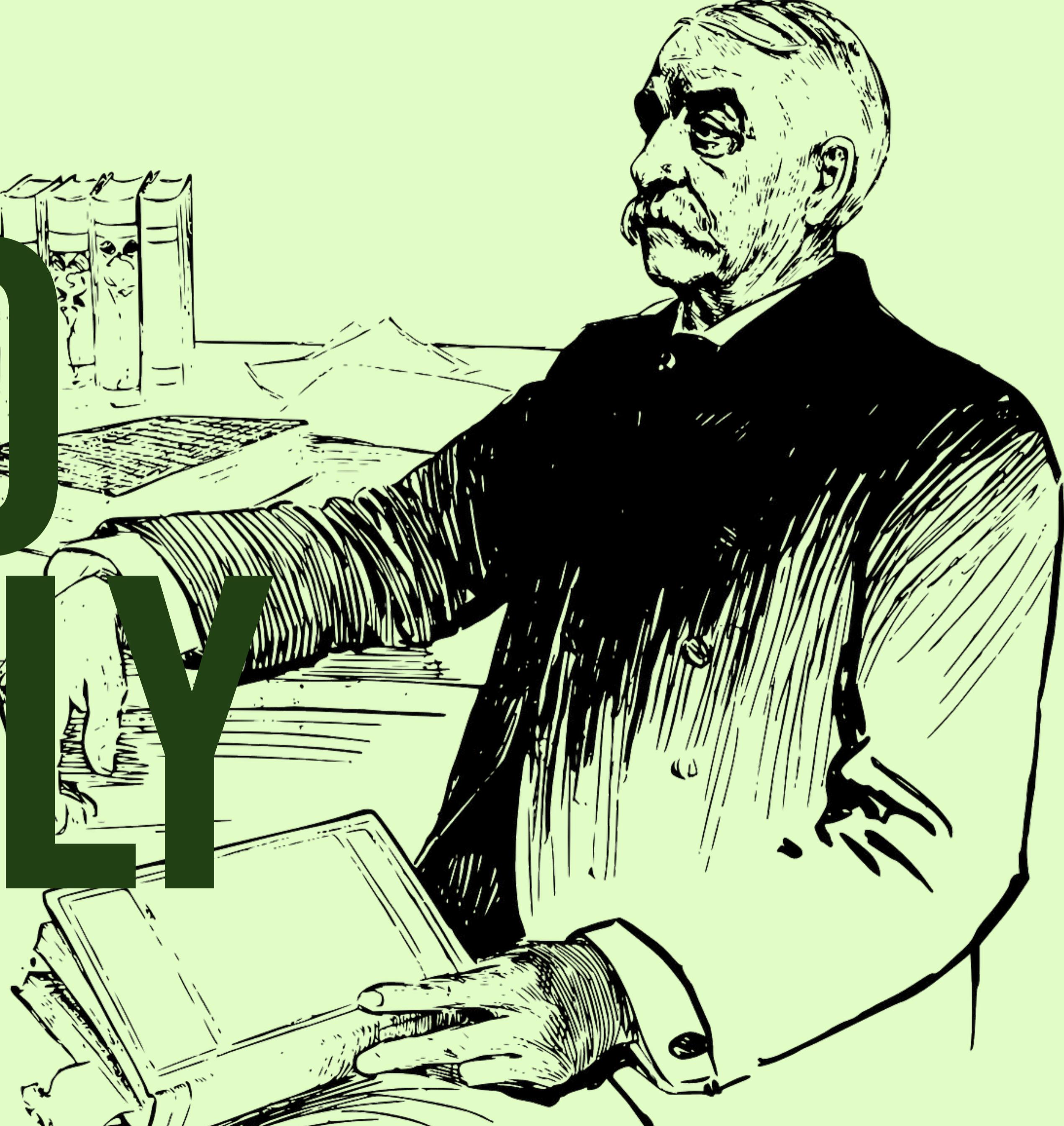


**HOME**



**LOGIN**

# PRO DAILY



# NOVO EVENTO

January 2022

< >

	M	T	W	T	F	S	S
52	27	28	29	30	31	1	2
1	3	4	5	6	7	8	9
2	10	11	12	13	14	15	16
3	17	18	19	20	21	22	23
4	24	25	26	27	28	29	30
5	31	1	2	3	4	5	6

## ▼ MEUS CALENDÁRIOS



UNIVERSIDADE

SOCIAL

TRABALHO

WED

14

THU

15

FRI

16

Calc I  
07:00 – 08:40

AEDS II  
08:50 – 10:30

Cultura Religiosa  
10:40 – 12:20

AC 1  
10:40 – 12:20

TI II  
10:40 – 12:20



# STAND UP



Seg, 20, 2022, 9:30 - 10:30

Repetir semanalmente



## MEUS CALENDÁRIOS



UNIVERSIDADE



SOCIAL



TRABALHO

**CONFIRMAR**



# STAND UP



Seg, 20, 2022, 9:30 - 10:30

Repetir semanalmente



## MEUS CALENDÁRIOS



UNIVERSIDADE



SOCIAL



TRABALHO

**CONFIRMAR**

# **CONFIRMAR EXCLUSÃO?**

**NÃO**

**SIM**



# NOVA TAREFA



Insira aqui uma descrição para sua tarefa..

Ter, 21, 2022, 9:30 - 12:30

ORGANIZAÇÃO INTELIGENTE

PRAZO ▾

DURAÇÃO ▾

IMPORTÂNCIA ▾

COMPLEXIDADE ▾

CONFIRMAR

# **CONFIRMAR EXCLUSÃO?**

**NÃO**

**SIM**



# EDITAR TAREFA



Reescreva a descrição da sua tarefa.

Ter, 21, 2022, 9:30 - 12:30

ORGANIZAÇÃO INTELIGENTE

PRAZO ▾

DURAÇÃO ▾

IMPORTÂNCIA ▾

COMPLEXIDADE ▾

CONFIRMAR

NOVA TAREFA

EXCLUIR TAREFA

EDITAR TAREFA

2022

Seg

Ter

Qua

Qui

Um dia

# REGISTRAR HÁBITOS

< March, 2021 >

Habits	M	T	W	T	F	S	S	M	T	W	T	F	S	S	M	T	W	T	F	S	S	M	T	W	T	F
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
Journal	✓	✓	✓					✓	✓			✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓
Exercise	✓	✓	✓					✓	✓			✓	✓	✓		✓	✓			✓	✓	✓	✓		✓	✓
Bathe + Moisturize	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓			✓	✓	✓	✓
Eat a healthy breakfast	✓	✓	✓					✓	✓			✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓		✓
No alcohol	✓	✓	✓	✓	✓			✓	✓			✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
No concentrated sugar	✓			✓	✓			✓	✓			✓	✓			✓				✓	✓			✓		✓
Eat a light dinner	✓	✓	✓	✓	✓			✓		✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Sleep for 7.5 hrs			✓				✓			✓		✓		✓					✓	✓	✓			✓	✓	

+ New Habit

Notes

18 March 2021

I gotta make sure I don't let my alcohol intake get regular again.

+ New N

# HÁBITOS

[NOVO HÁBITO](#)[EXCLUIR HÁBITO](#)[EDITAR HÁBITO](#)**BEBER 2L DE ÁGUA POR DIA**

10 | 5

**LER TRÊS VEZES POR SEMANA**

10 | 5

**ESTUDAR TODO DIA**

5 | 8

**REORGANIZAR O QUARTO UMA VEZ POR MÊS**

1 | 2

**FUTEBOL TODA QUARTA FEIRA**

12 | 5

**DOAÇÃO MENSAL DE Roupas**

3 | 0





# ESTUDAR TODO DIA

---

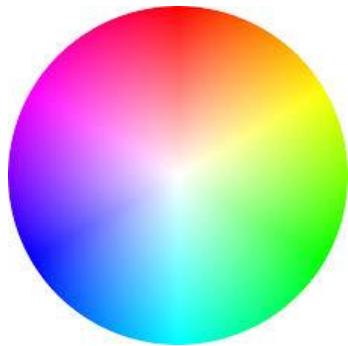
Uma vez por dia.

Descrição

---



## INFORMAÇÕES



DIMINUIR



REFORÇAR

---

CONFIRMAR



# HÁBITO EXISTENTE

---

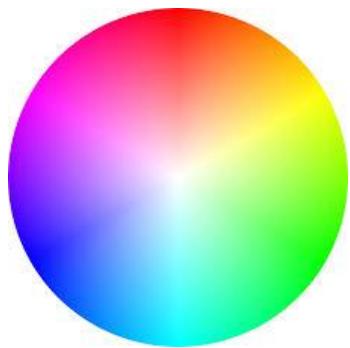
Alterar frequência.

Alterar descrição.

---



## INFORMAÇÕES



DIMINUIR



REFORÇAR

---

CONFIRMAR

# **CONFIRMAR EXCLUSÃO?**

**NÃO**

**SIM**