

# PLAN DNIA

Inspirujący cytat/  
rysunek/ przemyślenia

Ważne i Pilne

Ważne i Niepilne

Nieważne i Pilne

Nieważne i Niepilne

ROLE

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

Z CZEGO JESTEŚ DUMN\*?

- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....
- .....

## JAK OCENIASZ SWÓJ NASTRÓJ?



# DZIENNIK NAWYKÓW -TYDZIEŃ

1.

PN	WT	ŚR	CZ	PT	SB	ND
<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

2.

<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

3.

<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

4.

<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

5.

<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

6.

<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

Inspirujący cytat/ rysunek/ przemyślenia

JAK SIĘ CZUJESZ PO TYGODNIU?



# DZIENNIK NAWYKÓW - MIESIĄC

nawyk	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	27	28	29	30	31	total
1																																
2																																
3																																
4																																
5																																
6																																

## Nawyki

1.

2.

3.

4.

5.

6.

## Po co to robisz?

JAK SIĘ CZUJESZ PO MIESIĄCU?

