

♥ IL mio HABIT PLAN ♥

data di inizio:

abitudine nuova:

grilletto:

promemoria:

giorno di controllo:

responsabilità:

obiettivo finale:

il mio assistente:

1^ SETTIMANA

L	M	M	G	V	S	D

2^ SETTIMANA

3^ SETTIMANA

4^ SETTIMANA

data di inizio:

abitudine nuova:

grilletto:

promemoria:

giorno di controllo:

responsabilità:

obiettivo finale:

il mio assistente:

1^ SETTIMANA

L	M	M	G	V	S	D

2^ SETTIMANA

3^ SETTIMANA

4^ SETTIMANA