

PLÁN na:

Motto měsíce:

Cíle:

1.

→
→
→

2.

→
→
→

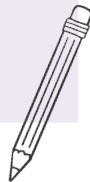
3.

→
→
→

Navažující úkoly

Úkoly:

- □
□
□
□
□
□
□
□
□
□
□
□
□
□



Jak se chci cítit?

.....

Důležité!

Schůzky / Akce / Návštěvy:

.....

Lékař:

Koupit / Objednat:

.....

Naučím se / Přečtu si:

.....

Ušetřím na

VÝZVA

Měsíční výzva:

.....

Motivace:

Odměna (když splním alespoň na 80 %):

.....

RADOSTI ♥

Těším se na:

.....

Komu a jak udělám radost / Pomůžu:

.....



PLÁN na:

Motto měsíce:

Cíle:

1.

→
→
→

2.

→
→
→

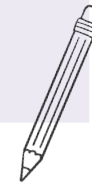
3.

→
→
→

Navažující úkoly

Úkoly:

- □
□
□
□
□
□
□
□
□
□
□
□
□
□



Jak se chci cítit?

.....

Důležité!

Schůzky / Akce / Návštěvy:

.....

Lékař:

Koupit / Objednat:

.....

Naučím se / Přečtu si:

.....

Ušetřím na

VÝZVA

Měsíční výzva:

.....

Motivace:

Odměna (když splním alespoň na 80 %):

.....

RADOSTI ♥

Těším se na:

.....

Komu a jak udělám radost / Pomůžu:

.....

