

# PLAN TYGODNIOWY

MIESIĄC \_\_\_\_\_

TYDZIEŃ \_\_\_\_\_

WYPISZ CELE DANEGO DNIA. PAMIĘTAJ O ODZNACZANIU JUŻ ZREALIZOWANYCH. TO PRODUKUJE PALIWO (DOPAMINĘ) NA KOLEJNY DZIEŃ.

## PONIEDZIAŁEK

- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_

## WTOREK

- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_

## ŚRODA

- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_

## CZWARTEK

- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_

## PIĄTEK

- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_

## SOBOTA

- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_

## NIEDZIELA

- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_

## KONIECZNIE PAMIĘTAĆ!

- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_
- ☐ \_\_\_\_\_

