

Ferramenta Metas de Hábitos



4 Fases do Estabelecimento de Metas: 1. Sonhar/Imaginar 2. Planejar 3. Agir 4. Revisar
Use essa ferramenta para estabelecer a sua meta de realização. Liste pelo menos três razões pelas quais essa meta é importante para você.

Meta de Hábito:

Data de Início:

Categoria:

Data:

Motivação:

Próximos Passos:

Comemoração / Prêmio :
