

## ♥ IL mio HABIT PLAN ♥

data di inizio: \_\_\_\_\_  
abitudine nuova: \_\_\_\_\_  
grilletto: \_\_\_\_\_  
promemoria: \_\_\_\_\_  
giorno di controllo: \_\_\_\_\_  
responsabilità: \_\_\_\_\_  
obiettivo finale: \_\_\_\_\_  
il mio assistente: \_\_\_\_\_

	L	M	M	G	V	S	D
1^ SETTIMANA							
2^ SETTIMANA							
3^ SETTIMANA							
4^ SETTIMANA							

---

## ♥ IL mio HABIT PLAN ♥

data di inizio: \_\_\_\_\_  
abitudine nuova: \_\_\_\_\_  
grilletto: \_\_\_\_\_  
promemoria: \_\_\_\_\_  
giorno di controllo: \_\_\_\_\_  
responsabilità: \_\_\_\_\_  
obiettivo finale: \_\_\_\_\_  
il mio assistente: \_\_\_\_\_

	L	M	M	G	V	S	D
1^ SETTIMANA							
2^ SETTIMANA							
3^ SETTIMANA							
4^ SETTIMANA							