



Śledź postępy nowego nawyku

Miesiąc:

Dzień								Ile razy udało mi się wykonać nawyk?
01	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
02	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
03	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
04	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
05	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
06	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
07	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
08	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
09	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
10	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
11	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
12	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
13	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
14	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
15	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
16	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
17	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
18	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
19	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
20	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
21	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
22	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
23	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
24	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
25	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
26	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
27	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
28	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
29	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
30	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	
31	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	

