Dashboard settimanale

SETTIMANA DAL _____ AL _____

PROGRAMMA — a colpo d'occhio

LUN	
MAR	
MER	
GIO	
VEN	
SAB	
DOM	

PRIORITÀ — massimo 3

1.
2.
3.

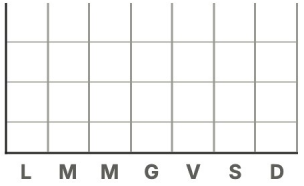
DA FARE QUESTA SETTIMANA — circa 7

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

PASSI / UMORE

	PASSI	UMORE
L		
M		
M		
G		
V		
S		
D		

LAVORO — ore



SONNO — ore



GRATITUDINE

CAPTAIN'S LOG — cosa ho fatto · come mi ha fatto stare

NOTE

PROSSIMA SETTIMANA

Dalla sintesi della mia dashboard con gli spunti forniti da Rachelle in theory
www.laurabiason.it

Scansiona il QR code per leggere da cosa nasce questa dashboard e i consigli su come usarla