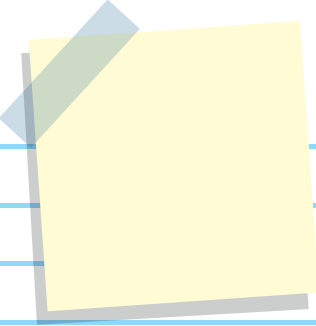


Planner de direcionamento

Descreva a sua situação atual:



Faça uma lista de prioridades a serem resolvidas:

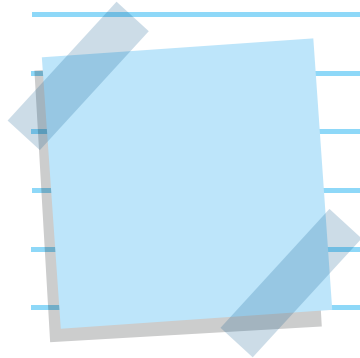
Faça uma lista de ações que você precisa ter, em ordem de prioridade:



O que você precisa afastar da sua vida (coisas, situações, lugares, pessoas...):

Que hábitos ou escolhas você tem feito hoje (que fazem mal) e você precisa se libertar:

Que sentimentos, emoções e pensamentos precisa soltar:

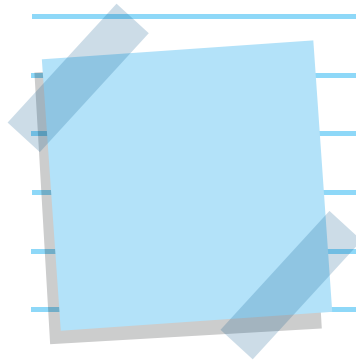




A decorative graphic consisting of several overlapping squares and lines. There is a large light blue square, a smaller dark blue square overlapping its top-left corner, and a medium-sized light blue square overlapping its bottom-right corner. Additionally, there are several thin, parallel lines in light blue and dark blue extending horizontally across the bottom of the graphic.

[illegible]

Planner de direcionamento

[illegible]

Planner de direcionamento

Journal Pre-proof