

TESTE



Planner Amar-se 2026

Amar-se é o começo d<u>e tudo</u>

por Psicóloga Aline Sartori

TESTE

TESTE

TEST

ENDEREÇO

F-MAIL

TELEFONE

NOV

TESTE **TESTE** TESTE

MAR

ABR

ΜΔΙ

JUL

AGO

SET

OUT

REDES SOCIAIS

INFORMAÇÕES EXTRAS

Em caso de emergência, avisar:

Alergias:

Tipo sanguíneo:

JAN

FEV

MAR

ABR

MAI

JUN

JUL

AGO

SET

OUT

NOV

TESTE

TESTE TESTE DEZ





TESTE

JAN

FEV

MAR

ABR

MAI

JUN

JUL

AGO

SET

OUT

NOV



Controlador de Hábitos:

| Hábito: | | | | | | |
|---------|----|----|----|----|----|----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | 31 | | | | |

| | Hábito: | | | | | | |
|----|---------|----|----|----|----|----|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| | 29 | 30 | 31 | | | | |
| TE | | | | | | | |

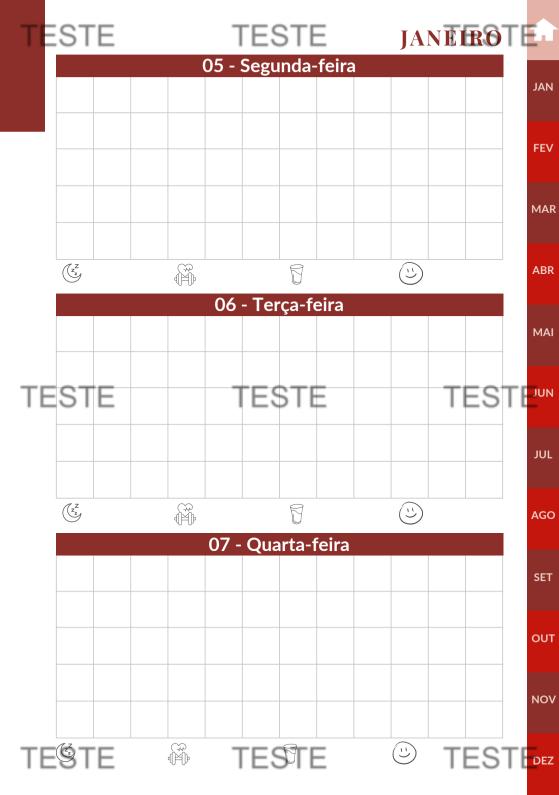
TESTE

TESTE

TEST DEZ

Planner Semanal S 01 03MAR 04ABR 10 MAI JUN 17 JUL AGO 18 24 SET OUT 25 NOV 31









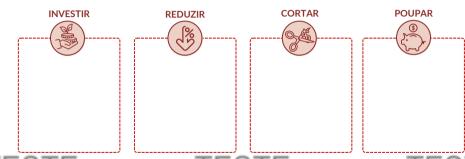
JAN

| CUSTOS FIXOS | VALOR | CUSTOS EXTRAS |
|-----------------------|------------|---------------|
| Aluguel/financiamento | | Show |
| Luz | | Restaurante |
| Água | | Teatro |
| Telefone | | Passeio |
| Internet | | Roupas |
| internet | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| OTE | T E | OTE |
| STE | I E | SIE |

JUN

TOTAL TOTAL

| Renda total mensal | OBSERVAÇÕES |
|-----------------------|-------------|
| Gastos totais mensais | (\$) |
| SALDO | |



FEV

MAR

ABR

MAI

JUL

AGO

SET

OUT

NOV

DEZ



TESTE

TESTE

FEV

MAR

ABR

MAI

JUN

TEST

JUL

AGO

SET

OUT

NOV





TESTE

TESTE

Sy

