

Venerdì..... *Martedì.....* *Mercoledì.....* *Giovedì.....* *Venerdì.....* *Sabato.....* *Domenica.....*

Agenda Organizzata - www.casaorganizzata.4blog.info

Venerdì..... *Martedì.....* *Mercoledì.....* *Giovedì.....* *Venerdì.....* *Sabato.....* *Domenica.....*

Agenda Organizzata - www.casaorganizzata.4blog.info

Agenda Organizzata

Ispirata a Zen To Done - ORGANIZZATI LA VITA e alla VITAGENDA di IFEELGOOD

creata da Casa Organizzata - www.casaorganizzata.4blog.info - <http://casaorganizzata.ning.com/>

Legenda dei simboli:



MIT - questo simbolo è per segnare i tuoi tre «sassi grandi» della giornata, dopo averli potrai tirare una riga sopra.



STOP MIT - questo è il simbolo per segnare il sasso giornaliero che ti crea più problemi, tutti abbiamo la nostra «bestia nera» che tentiamo di rimandare il più possibile, invece allenarci a farla ad inizio giornata, sarà una bella liberazione. Come per i MIT, appena fatto puoi tirare una riga sopra.



Routine giornaliera - qui si segnano le routine giornaliere, sia per il riordino e la pulizia, sia per le eventuali spese e incombenze familiari. Anche queste vengono annullate con la riga sopra appena svolte.



Ricompensa - il cuoricino è il simbolo della tua ricompensa per aver svolto tutte i MIT della giornata, te lo meriti e te lo devi concedere sempre, può essere un piccolo dolce, un bagno caldo senza interruzioni o qualsiasi altra cosa ti faccia stare bene, non te lo dimenticare mai, fa parte della «terapia» ;-)