# Habit tracker semanal

**Semana** _____

Marca uma quadrícula em cada dia em que fizeres o hábito. Começa uma folha nova todas as semanas.

| Hábito | Domingo | Segunda | Terça | Quarta | Quinta | Sexta | Sábado | Feito |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | / 7 |
| | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | / 7 |
| | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | / 7 |
| | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | / 7 |
| | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | / 7 |
| | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | / 7 |
| | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | / 7 |
| | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | / 7 |
| | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | / 7 |
| | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | / 7 |
| | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | / 7 |
| | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | ☐ | / 7 |