

# 每周清洁日程

每日轻习惯+每日专注区

每天

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

星期一

专注区：

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

星期二

专注区：

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

星期三

专注区：

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

星期四

专注区：

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

星期五

专注区：

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

星期六

专注区：

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

星期日

专注区：

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_