

A NOSSA FAMÍLIA

SETEMBRO

2026

Um mês para organizar a vida

sem encher cada espaço.

para imprimir, riscar e mudar de ideias



ESCOLA



ATIVIDADES

FAMÍLIA



NÓS



**Respirar
também entra
no horário.**

O NOSSO SETEMBRO

Tudo num só olhar.

Escreva só o que precisa mesmo de ver.

SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB	DOM
	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				

1-13: já foi. Começamos daqui.

DATAS QUE



**MANDAM NISTO
TUDO**

UM BOCADINHO



SÓ PARA NÓS

Há espaço em branco?

Deixe-o estar.

14 - 20 setembro



Quem vai onde? O que não pode ficar para trás? E onde cabe um bocadinho de nós?

SEG 14	TER 15	QUA 16	QUI 17	SEX 18	SÁB 19	DOM 20

NÃO ESQUECER	QUEM LEVA QUEM?	GUARDAR TEMPO PARA...
--	---	---

Organizar ajuda. Deixar respirar também.



NÃO ESQUECER

*

QUEM LEVA QUEM?

~~~~~

GUARDAR TEMPO PARA...

♡

ExplicaLab

# 28 setembro - 4 outubro

Quem vai onde? O que não pode ficar para trás? E onde cabe um bocadinho de nós?



| SEG<br>28 | TER<br>29 | QUA<br>30 | QUI<br>1 | SEX<br>2 | SÁB<br>3 | DOM<br>4 |
|-----------|-----------|-----------|----------|----------|----------|----------|
|           |           |           |          |          |          |          |
|           |           |           |          |          |          |          |
|           |           |           |          |          |          |          |
|           |           |           |          |          |          |          |
|           |           |           |          |          |          |          |
|           |           |           |          |          |          |          |
|           |           |           |          |          |          |          |

|                                            |                                               |                                                     |
|--------------------------------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| <p><b>NÃO ESQUECER</b></p> <p></p> <p></p> | <p><b>QUEM LEVA QUEM?</b></p> <p></p> <p></p> | <p><b>GUARDAR TEMPO PARA...</b></p> <p></p> <p></p> |
|--------------------------------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------------------|

Organizar ajuda. Deixar respirar também.

# A nossa semana

Semana de \_\_\_\_\_ a \_\_\_\_\_

| SEG                                       | TER                                       | QUA                                       | QUI                                       | SEX                                       | SÁB  | DOM  |
|-------------------------------------------|-------------------------------------------|-------------------------------------------|-------------------------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> | <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> | <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> | <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> | <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> | <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>                                               | <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>                                               |

|                                                                                                                           |                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <br><b>NÃO ESQUECER</b><br><hr/> <hr/> | <br><b>QUEM LEVA QUEM?</b><br><hr/> <hr/> | <br><b>UM MOMENTO PARA NÓS</b> <br><hr/> <hr/> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

*Nem todos os espaços precisam de ser preenchidos.*