

# 90 dni z angielskim

15 minut dziennie. Trzy miesiące. Realna różnica.

## 01 Krótko, ale codziennie

15 minut codziennie działa lepiej niż 2 godziny raz w tygodniu.

## 02 Jedna rzecz dziennie

Wybierz jedną aktywność: serial, podcast, fiszki. Nie wszystko naraz.

## 03 Odhaczaj kratki

Każdy zaznaczony dzień to dowód postępu. Po miesiącu — siła nawyku.

### Tracker 90 dni

Odhacz każdy dzień, w którym poświęciłaś/eś 15 minut angielskiemu

Dni 1-10	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Dni 11-20	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Dni 21-30	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Dni 31-40	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
Dni 41-50	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
Dni 51-60	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
Dni 61-70	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70
Dni 71-80	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80
Dni 81-90	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90

### Mój cel na 90 dni

Napisz konkretnie i widocznie

---



---



---

### Pomysły na 15 minut dziennie

- Odcinek serialu z napisami
- Podcast w drodze do pracy
- 10 nowych fiszek w Anki
- Artykuł na BBC News
- Rozmowa głosowa z ChatGPT
- Piosenka + tekst na genius.com

### Utknęłaś/eś po drodze?

Czasem 15 minut dziennie nie wystarczy — bo nie wiesz, na czym się skupić. Zeskanuj kod, żeby zobaczyć lektorki, które pomogą wybrać kierunek nauki.

