

Clear Call

Checklist de noche

Night checklist

ES

- Ventana de preocupaciones (5 min) o no — elige.
- Una cosa que no es de esta noche.
- Ajuste suave: luz / voz / notificaciones.
- Teléfono: dónde duerme.
- Frase al yo de mañana (una línea).
- Día cerrado.

EN

- Worry window (5 min) or skip — choose.
- One thing that is not tonight's.
- Soft adjust: light / voice / notifications.
- Phone: where it sleeps.
- One line to tomorrow's you.
- Day closed.