

Nombre:

Fecha:

◆
◆
Diario de
amor propio
del día ◆

¿Cómo me siento hoy?

.....
.....
.....

5 Bendiciones por las que agradecer

.....
.....
.....
.....
.....

¿Qué fue lo mejor que me paso hoy?

.....
.....

Cómo me senti hoy del 1 al 5

Energia:

Estado de animo:

Digestión:

Ansiedad: