

MIS INTENCIONES DEL DÍA

DÍA: _____

- Puedes escribir o dibujar cómo te sientes, lo que soñaste, lo que piensas o lo que necesites compartir..

- Haz una lista de lo hoy das gracias por tener.

Hoy amanecí...

Hoy agradezco....

- Escribe 3 objetivos que hoy quisieras lograr.

- Escribe 3 acciones por cada objetivo

Elige 3 cosas que vayas a hacer para ti hoy.

Hoy quiero lograr....

Cómo lo voy a lograr

Hoy, mi tiempo....