

Wellness Planner

bellann.clo



Este mes



Metas

-
-
-
-
-

Plantéate metas que puedas lograr, con que 1 de ellas logres, estará bien

Me regalaré

-
-
-
-
-

Planifica regalos simples como: skin care, tener una tarde para ti, escuchar tu disco preferido



Gratitud



me agradezco

agradezco a mi familia

agradezco a mis amigos

una alegría

un momento tierno

una meta que cumplí



Balance mensual



Recuerda que no debe ser perfecto, debe ser real

Hábitos

Me propuse

Cumplí



Metas

Me propuse

Cumplí



El próximo mes mejoraré en:

El próximo mes seguire con:

