

Foco do dia:

Prioridades:

- ① _____
- ② _____
- ③ _____
- ④ _____
- ⑤ _____

Para evitar no dia: 

- ① _____
- ② _____
- ③ _____

Como foi o meu dia (de 0 à 10)

O que eu aprendi hoje

Hoje eu sou grato(a) por

- ① _____
- ② _____
- ③ _____