

Foco do Dia:

\_\_\_\_\_

Prioridades do dia:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

Para evitar no dia:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

Como foi o meu dia? (Nota de 0 à 10)

"A vida pode ser mais"

O que eu aprendi hoje?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Hoje eu tenho gratidão por ?

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_