

Registro de logros.

Notas:

- El tamaño del logro no importa.
- Cualquier acción positiva cuenta.

Día	Acciones
Lunes	
Martes	

	Miércoles
	Jueves
	Viernes

Sábado	
Domingo	
<u>Reflexión:</u>	
¿Hay logros recurrentes?	
¿Cuál fue el día que más impacto tuvo para tu bienestar?	
¿Qué acción te hace sentirte más orgullos@ esta semana?	