

# Kneipp

Hoy.....de.....del.....

## SECCIÓN 1: Gratitud

Hoy estoy agradecido/a por

- 
- 
- 
- 

## SECCIÓN 2: Estado emocional

¿Cómo me siento hoy?

FELIZ

TRANQUILO

ANSIOSO

MOTIVADO

## SECCIÓN 3: Objetivos del día

Mis 3 **prioridades** para hoy son

- 
- 
-

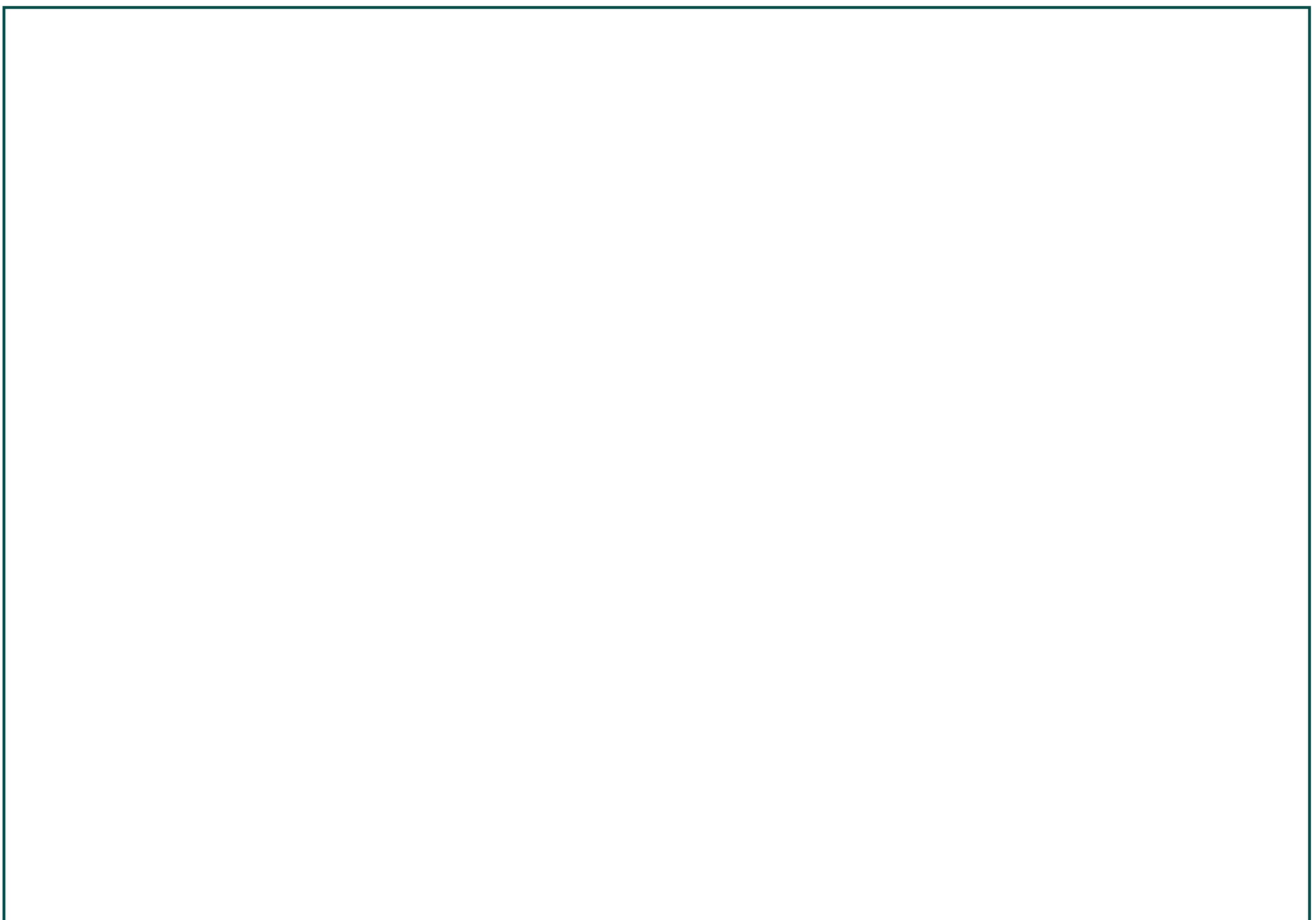
# Kneipp

## SECCIÓN 4: Reflexión

- Lo mejor que me ha pasado hoy
- .....
- Algo que he aprendido:
- .....
- Cómo puedo mejorar mañana
- .....

## SECCIÓN 5: Mood tracker

Dibuja tu estado de ánimo

A large, empty rectangular box with a thin black border, intended for drawing a mood tracker.