Felicidade



Integrante: Christian Miguel

Ra: 03231035

Exercícios de Felicidade:

24/10

1. 3 Gratidões:

1 – Uma das principais é ser grato pela minha família que todo dia me acolhe, me ajuda no maior dos problemas e sempre está no lugar quando eu necessito.

2 – Sou grato por conseguir pegar metrô sem nenhuma dificuldade e ser rápido para chegar na faculdade.

3 – Gratidão por ter uma comida na mesa e não passar fome.

1. Diário:

Consegui acabar todos os entregáveis do projeto de P.I.

1. Atos aleatórios de bondade:

Dei bom dia para o porteiro.

25/10

1. 3 Gratidões:

1 – Sou grato pela convivência que eu tenho na faculdade.

2 – Grato por ter dois cachorros em casa.

3 – Ter pais próximos me faz grato também.

1. Diário:

Fiz a Sprint muito bem e recebi elogios da professora Caramico.

1. Atos aleatórios de bondade:

Ajudei meus colegas a realizar Sprint.

26/10

1. 3 Gratidões:

1 – Sou grato por ter onde estudar todos dias.

2 – Muito grato por poder estudar na SPtech

3 – O apoio dos amigos e família me faz grato também.

1. Diário:

Consegui terminar as atividades de Sistemas operacionais e linguagem de programação.

1. Atos aleatórios de bondade:

Ajudei uma pessoa no metrô para se localizar o caminho para onde queria ir.