

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. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_