

Ημερολόγιο Κατοικιδίου

Καθοδηγούμενο Ημερολόγιο 30 Ημερών

Υβριδικό

Δημιουργήθηκε με LoomJournals

Πώς να Χρησιμοποιήσετε αυτό το Ημερολόγιο

Καλώς ήρθατε στο ημερολόγιό σας! Ακολουθούν μερικές συμβουλές για να αξιοποιήσετε στο έπακρο:

- 1 Αφιερώστε λίγα λεπτά κάθε μέρα για να γράψετε
- 2 Να είστε ειλικρινείς και γράψτε ελεύθερα χωρίς κριτική
- 3 Προσπαθήστε να γράφετε την ίδια ώρα κάθε μέρα για να δημιουργήσετε μια συνήθεια
- 4 Ανασκοπήστε τις καταχωρήσεις σας εβδομαδιαία για να εντοπίσετε μοτίβα

-
- Τσεκαρετε καθημερινες εργασίες φροντίδας -- νερο, βολτα, καλλωπισμος, φαρμακα
 - Βαθμολογηστε ορεξη, διαθεση, ενεργεια και ποιοτητα υπνου του κατοικιδιου σας
 - Καταγραψτε λεπτομερειες διατροφης και βαρος οταν ειναι σχετικο
 - Γραψτε καθημερινες παρατηρησεις για τη συμπεριφορα και την υγεια
 - Σημειωστε κορυφαιες στιγμες, ορισημα και α ξεχαστες στιγμες



Σαρώστε για αναλυτικό οδηγό χρήσης αυτού του ημερολογίου

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;

ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΟ ΚΑΤΟΙΚΙΔΙΟΥ

Ημερομηνία _____

Σίτιση: _____

Ορεξη:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Καταναλωση νερου:

☐

Βολτα:

☐

Άσκηση:

☐

Περιποίηση:

☐

Διάθεση (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Επίπεδο ενέργειας (1-10):

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Υπνος:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Βάρος (kg): _____

Φαρμακευτική αγωγή:

☐

Επίσκεψη στον κτηνίατρο:

☐

ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΗ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ

Πως είναι το κατοικίδιο σου σήμερα; Σημείωσε ενεργεια, συμπεριφορά, οτιδήποτε ασυνήθιστο -- αλλαγες στη ρουτινα, νεα κολπα, αστ

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Δυσκολη συμπεριφορά; Τι βοήθησε, τι όχι;