


Gratitude Journal



Un Diario Guiado de 30 Días



Entrada Diaria



Creado con Loomjournals

Cómo Usar Este Diario

¡Bienvenido a tu diario! Aquí tienes algunos consejos para aprovecharlo al máximo:

- 1 Dedicar unos minutos cada día a escribir
- 2 Sé honesto y escribe libremente, sin juzgarte
- 3 Intenta escribir a la misma hora cada día para crear un hábito
- 4 Revisa tus entradas semanalmente para notar patrones

-
- List three to five things you are grateful for each day
 - Describe one positive moment from your day
 - Write a personal affirmation to carry with you



Escanea para una guía detallada sobre cómo usar este diario

