

---



# Teepäiväkirja

---



30 päivän ohjattu päiväkirja



Taulukko / Loki

Luotu LoomJournals-palvelulla

---

# Kuinka käyttää tätä päiväkirjaa

---

Tervetuloa päiväkirjasi pariin! Tässä muutamia vinkkejä, joilla saat siitä parhaan hyödyn:

- 1 Varaa muutama minuutti joka päivä kirjoittamiseen
- 2 Ole rehellinen ja kirjoita vapaasti arvostelematta
- 3 Yritä kirjoittaa samaan aikaan joka päivä tavan muodostamiseksi
- 4 Käy merkintäsi läpi viikoittain havaitaksesi toistuvia kaavoja

- 
- Kirjaa teetyppi, alkuperä ja jokaisen session päivämäärä
  - Merkitse veden lämpötila, haudutusaika ja lehden määrä tarkkuuden vuoksi
  - Kuvaile aromi ennen maistelua — kukkainen, maanläheinen, ruohoinen, savuinen
  - Listaa makumuistiinpanot ja arvioi kokonaiskokemus asteikolla 1-10
  - Lisää henkilökohtaisia huomioita: mieliala, tilaisuus tai kokeilitko sitä uudelleen



Skannaa saadaksesi yksityiskohtaisen oppaan tämän päiväkirjan käyttöön



























































