


Obiteljski dnevnik



Vođeni dnevnik od 30 dana



Hibrid

Izrađeno pomoću LoomJournals

Kako koristiti ovaj dnevnik

Dobrodošli u svoj dnevnik! Evo nekoliko savjeta kako da ga najbolje iskoristite:

- 1 Svaki dan odvojite nekoliko minuta za pisanje
- 2 Budite iskreni i pišite slobodno bez prosuđivanja
- 3 Pokušajte pisati u isto vrijeme svaki dan kako biste izgradili naviku
- 4 Pregledajte svoje zapise tjedno kako biste uočili obrasce

-
- Svake večeri ocijenite raspoloženje obitelji i kvalitetu zajedničkog vremena u dijelu za praćenje
 - Označite kućicu zahvalnosti kada ste danas iskreno zahvalni za nešto
 - U dijelu za pisanje započnite s vrhuncem dana, zatim ispunite onoliko dodatnih poticaja koliko vam odgovara
 - Neka zapisi budu kratki - čak i dvije rečenice po dijelu dovoljne su za očuvanje uspomene



Skenirajte za detaljan vodič o korištenju ovog dnevnika

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:



Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)

Datum: _____

Ocjena raspoloženja: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Zajedničko vrijeme: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Trenutak zahvalnosti:

Trenutak dana (trenutak koji je učinio današnji dan vrijednim življenja)

Obiteljski trenutak (određeni trenutak danas - topao, smiješan ili značajan - uhvatite ga prije nego što iz...)

Obiteljska aktivnost (što ste danas radili zajedno? čak i kratka šetnja ili zajednički obrok se računa)

Ponosni trenutak (što je danas netko u obitelji učinio što vas je ispunilo ponosom - veliko ili malo)

Prekretnica (ima li danas neka prekretnica ili prvi put?)
