


Kisállatnapló



30 napos vezetett napló



Vegyes

Készült a LoomJournals segítségével

Hogyan használd ezt a naplót

Üdvözlünk a naplódban! Íme néhány tipp, hogy a legtöbbet hozd ki belőle:

- 1 Szánj naponta néhány percet az írásra
- 2 Légy őszinte és írd szabadon, ítékezés nélkül
- 3 Próbáld minden nap ugyanabban az időben írni, hogy szokássá váljon
- 4 Hetente tekintsd át a bejegyzéseidet, hogy észrevedd a mintákat

-
- Pipálja ki a napi gondozási feladatokat — víz, séta, szórópolás, gyógyszer
 - Értékelje kisállata étvágyát, hangulatát, energiáját és alvásminőségét
 - Naplózza az etetési részleteket és a súlyt, amikor releváns
 - Írjon napi megfigyeléseket a viselkedésről és az egészségről
 - Jegyezze fel a kiemelkedő pillanatokot, mérföldköveket és emlékezetes momentumokat



Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogyan van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogy van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogy van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogyan van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg):

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogyan van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogyan van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogyan van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogyan van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogyan van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogyan van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogyan van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogy van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogyan van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogy van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogyan van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogy van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogyan van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogyan van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogy van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogyan van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogyan van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogyan van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogyan van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogyan van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogyan van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogy van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogy van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogyan van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogyan van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*

Dátum: _____

Étetés: _____

Étvágy:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vízfogyasztás:

Séta:

Testmozgás:

Ápolás:

Hangulat (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energiaszint (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Alvás:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Testsúly (kg): _____

Gyógyszer:

Állatorvosi vizit:



Napi megfigyelés *(hogyan van ma a kedvenced? jegyezd fel az energiáját, viselkedését, bármi szokatlant ...)*

Viselkedési jegyzetek *(nehéz viselkedés? mi segített, mi nem?)*
