


Kjæledyrjournal



En 30-dagers veiledet dagbok



Hybrid

Laget med LoomJournals

Slik bruker du denne dagboken

Velkommen til dagboken din! Her er noen tips for å få mest mulig ut av den:

- 1 Sett av noen minutter hver dag til å skrive
- 2 Vær ærlig og skriv fritt uten å dømme deg selv
- 3 Prøv å skrive til samme tid hver dag for å bygge en vane
- 4 Gå gjennom notatene dine ukentlig for å oppdage mønstre

-
- Kryss av daglige omsorgsoppgaver — vann, tur, stell, medisin
 - Vurder kjæledyrets appetitt, humør, energi og søvnkvalitet
 - Loggfør fôringsdetaljer og vekt når det er relevant
 - Skriv daglige observasjoner om atferd og helse
 - Noter høydepunkter, milepeler og minnerike øyeblikk



Skann for en detaljert guide om hvordan du bruker denne dagboken

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energinivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energinivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energinivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energinivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energinivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energinivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energinivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energinivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energinivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energinivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energinivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energinivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energinivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energinivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energinivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energinivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energinivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energinivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energinivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energinivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energinivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)

Dato: _____

Mating: _____

Appetitt:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vanninntak:

Tur:

Trening:

Stell:

Humør (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Energinivå (1-10):

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Sovn:

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vekt (kg): _____

Medisin:

Veterinærbesøk:

Daglig observasjon (hvordan er kjæledyret ditt i dag? noter energi, oppførsel, noe uvanlig - endringer i r...)

Adferdsnotater (utfordrende oppførsel? hva hjalp, hva hjalp ikke?)
