

---



# Diário de Conquistas

---



Um Diário Guiado de 30 Dias



Registro Diário

Criado com LoomJournals

---

# Como Usar Este Diário

---

Bem-vindo ao seu diário! Aqui estão algumas dicas para aproveitá-lo ao máximo:

- 1 Reserve alguns minutos por dia para escrever
- 2 Seja honesto e escreva livremente sem julgamentos
- 3 Tente escrever no mesmo horário todos os dias para criar um hábito
- 4 Revise suas anotações semanalmente para perceber padrões



Escaneie para um guia detalhado sobre como usar este diário





**Data:** \_\_\_\_\_

**Conquista do dia** *(o que você conquistou hoje? celebre isso)*

**Categoria** *(carreira, saúde, relacionamentos, aprendizado, criatividade, pessoal, financeiro...)*

**Obstáculo superado** *(o que estava no seu caminho? medo, falta de tempo, autossabotagem, barreiras e...)*

**Como fiz isso** *(quais ações, estratégias ou mentalidade específicas te ajudaram a ter sucesso?)*

**O que aprendi** *(que lição ou insight fotográfico esta sessão lhe ensinou?)*

**Objetivo para amanhã** *(qual é a coisa mais importante que você quer realizar amanhã?)*





















































