

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO


**OBJETIVOS**

Actividad para aliviar el estrés .....

Hábitos saludables a incorporar .....

**DESCUBRIMIENTOS** Libro.....

**ACCIONES**

Acción que haga feliz a alguien .....

Una actitud a mejorar esta semana .....

Playlist.....

Serie.....