

DZIENNIK POZYTYWNEJ KOBIETY

Data:

Dzień nr:	Co zjadłam, aby odżywić swój organizm?	Co zrobiłam dla swojego ciała?	Z czego jestem dumna?	Ile czasu miałam dzisiaj tylko dla siebie?	Za co jestem wdzięczna?	Co mogłabym zrobić lepiej?

*Każdy tydzień zapisuj w osobnym pliku.