

DIARIO DELLA GRATITUDINE



Per tutta la settimana, prenditi un momento ogni sera per completare queste pagine. Puoi disegnare, scrivere o chiedere a qualcuno di farlo con te.

LUNEDÌ

Oggi provo gratitudine per:

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____

Il mio momento migliore della giornata:

Oggi, questa persona mi ha fatto stare bene (un abbraccio, un incoraggiamento, un ringraziamento):

MARTEDÌ

Oggi provo gratitudine per:

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____

Il mio momento migliore della giornata:

Oggi, questa persona mi ha fatto stare bene (un abbraccio, un incoraggiamento, un ringraziamento):

MERCOLEDÌ

Oggi provo gratitudine per:

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____

Il mio momento migliore della giornata:

Oggi, questa persona mi ha fatto stare bene (un abbraccio, un incoraggiamento, un ringraziamento):

GIOVEDÌ

Oggi provo gratitudine per:

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____

Il mio momento migliore della giornata:

Oggi, questa persona mi ha fatto stare bene (un abbraccio, un incoraggiamento, un ringraziamento):

VENERDÌ

Oggi provo gratitudine per:

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____

Il mio momento migliore della giornata:

Oggi, questa persona mi ha fatto stare bene (un abbraccio, un incoraggiamento, un ringraziamento):

SABATO

Oggi provo gratitudine per:

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____

Il mio momento migliore della giornata:

Oggi, questa persona mi ha fatto stare bene (un abbraccio, un incoraggiamento, un ringraziamento):

DOMENICA



Oggi provo gratitudine per:

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____

Il mio momento migliore della giornata:

Oggi, questa persona mi ha fatto stare bene (un abbraccio, un incoraggiamento, un ringraziamento):
