

DATA: _____



MANHÃ

DIÁRIO DE GRATIDÃO

1 - AFIRMAÇÃO DE HOJE

2 - HOJE ESTOU GRATO POR:

3 - O QUE QUERO ALCANÇAR HOJE:



NOITE

4 - A MELHOR PARTE DO DIA

5 - COMO PODIA TER FEITO MELHOR HOJE?

6 - PESSOAS QUE ESTOU GRATO POR TER NA MINHA VIDA
