

PLAN DE HOY

NO OLVIDAR

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

CITAS

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

MENÚ

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

TAREAS

- 8:00 _____
- 9:00 _____
- 10:00 _____
- 11:00 _____
- 12:00 _____
- 13:00 _____
- 14:00 _____
- 15:00 _____
- 16:00 _____
- 17:00 _____
- 18:00 _____
- 19:00 _____
- 20:00 _____
- 21:00 _____
- 22:00 _____
- 23:00 _____

VASOS DE AGUA



IDEAS Y NOTAS