





DATOS PERSONALES

NOMBRE:

APELLIDO:

DIRECCION:

TELEFONO:

CELULAR:

E-MAIL:







REGISTRO DE ACTIVIDADES



NOTAS

ENERO



FEBBRERO



MARZO



ABRIL



MAYO



JUNIO



JULIO



AGOSTO



SETTEMBRE



OCTUBRE



NOVIEMBRE



DICIEMBRE





REGISTRO

DE

ACTIVIDADES

METAS:

REGISTRO

DE

ACTIVIDADES

METAS:

LUNES

MARTES

LUNES

MARTES

MIERCOLES

JUEVES

MIERCOLES

JUEVES

VIERNES

SABADO

VIERNES

SABADO

DOMINGO

NOTAS

DOMINGO

NOTAS

CONTROL DE HIDRATACION

	1	2	3	4	5	6	7	8
L								
M								
M								
J								
V								
S								
D								


**Hello
Kitty**

CONTROL DE HIDRATACION

	1	2	3	4	5	6	7	8
L								
M								
M								
J								
V								
S								
D								


**Hello
Kitty**

FECHAS DE CUMPLEAÑOS



enero		febrero		marzo	
Día	Nombre	Día	Nombre	Día	Nombre
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
abril		mayo		junio	
Día	Nombre	Día	Nombre	Día	Nombre
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
julio		agosto		septiembre	
Día	Nombre	Día	Nombre	Día	Nombre
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
octubre		noviembre		diciembre	
Día	Nombre	Día	Nombre	Día	Nombre
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>

MIS LECTURAS



LIBRO	LIBRO	LIBRO
<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>
☆☆☆☆☆ ☐	☆☆☆☆☆ ☐	☆☆☆☆☆ ☐
<hr/>	<hr/>	<hr/>
LIBRO	LIBRO	LIBRO
<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>
☆☆☆☆☆ ☐	☆☆☆☆☆ ☐	☆☆☆☆☆ ☐
<hr/>	<hr/>	<hr/>
LIBRO	LIBRO	LIBRO
<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>	<hr/>
☆☆☆☆☆ ☐	☆☆☆☆☆ ☐	☆☆☆☆☆ ☐
<hr/>	<hr/>	<hr/>

[illegible]

- | | |
|--|--|
| ☐ BLACK MIRROR | ☐ TEEN WOLF |
| ☐ DARK | ☐ GREY'S ANATOMY |
| ☐ BLINDSPOT | ☐ ANNE WHITE |
| ☐ SENSE8 | ☐ ERASED |
| ☐ 13 REASONS WHY | ☐ FRIENDS |
| ☐ JESSICA JONES | ☐ LUCKE CAGE |
| ☐ ARROW | ☐ PRETTY LITTLE LIARS |
| ☐ THE DEFENDERS | ☐ ATYPICAL |
| ☐ SHERLOCK | ☐ BREAKING BAD |
| ☐ FLASH | ☐ ÉLITE |
| ☐ LUCIFER | ☐ SEX EDUCATION |
| ☐ THE WALKING DEAD | ☐ STRANGER THINGS |
| ☐ LA CASA DE PAPEL | ☐ VIS A VIS |
| ☐ THE VAMPIRE DIARIES | ☐ RAGNAROK |
| ☐ RICKY Y MORTY | ☐ 3 % |
| ☐ THE 100 | ☐ AVATAR |





HELLO KITTY

C S E I N N U B R A G U S I S S Y
H A D E P C O O T V C R I X A B X
A N L L O R O M A N N I C M S M A
R A E U R A M Z T D A B O Y O Q D
M H X T U X Y K I K I H S N X K E
M A C H O C O C A T T T K E H U A
Y S K T M Y R J P A I I E D E R R
K U T U S O W D V E C N Q U L O D
I B N X B C P U V H K A D M L M A
T K M E O C K T I C I K N Y O I N
T U Q D I A Y N I R U P L M K W I
Y N Y O H H N I R I R U K E I E E
R I J S C C O R A C V H H L T N L
U J B A O O K L X Z Z L F O T N D
Q H X M P P N M A I L U P D Y P A
U D E E R Y L O U L C R N Y N I A
K O X K E R O P P I A J R E K U Q

chococat
monkichi
thomas
dear daniel
kuromi
purin

cinnamoroll
my melody
tuxedo sam
deery lou
lala
usahana

keroppi
pochacco
badtz maru
hello kitty
pekkle

kuririn
sugar bunnies
charmmy kitty
kiki
pochi

METAS DE ESTE AÑO



• 2022 •

Enero

L	M	M	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Febrero

L	M	M	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

Marzo

L	M	M	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Abril

L	M	M	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

Mayo

L	M	M	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Junio

L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

Julio

L	M	M	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Agosto

L	M	M	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

Septiembre

L	M	M	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

Octubre

L	M	M	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Noviembre

L	M	M	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Diciembre

L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	



ESCRIBIR EN TU DIARIO



COMER
SALUDABLE

ASI SE VE
EL AMOR
PROPIO



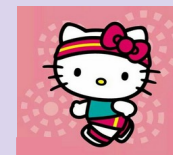
ESCUCHAR
TU MUSICA
FAVORITA



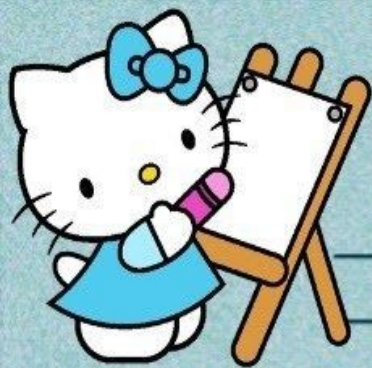
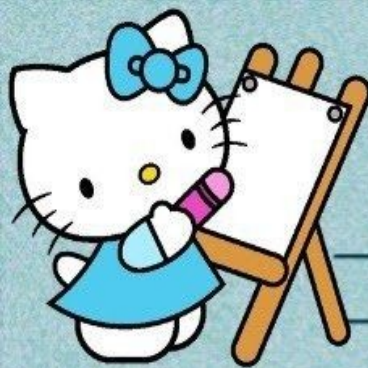
CUIDAR TU
PIEL



TOMAR AGUA



SALIR A
CAMINAR



MES: _____

TOTAL

E F D T M D M M D C S

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10
- 11
- 12
- 13
- 14
- 15
- 16
- 17
- 18
- 19
- 20
- 21
- 22
- 23
- 24
- 25
- 26
- 27
- 28
- 29
- 30
- 31

- | | |
|--|--|
|  | ESTALLIDO DE FELICIDAD |
|  | FUÉ BUEN DÍA |
|  | DÍA RISTE |
|  | DÍA AGOTADOR |
|  | ME ABURRÍ |
|  | DÍA NORMAL |
|  | ME ENAMORÉ |
|  | ME ENFERMÉ |
|  | DÍA EN FAMILIA |
|  | CONDEMACIADO ENOJO
QUIERO ROMPER TODO |
|  | SIN SENTIMIENTOS NO
ME ENCUENTRO |



♥ HELLO KITTY ♥

With your special smile
you have the cutest style!



♥ HELLO KITTY ♥

With your special smile
you have the cutest style!



TAG DE LAS CANCIONES

CANCIÓN
FAVORITA



CANCIÓN
TRISTE



CANCIÓN QUE TE
PONGA A BAILAR



CANCIÓN DE
TU INFANCIA



CANCIÓN DE UN
SOUNDTRACK



CANCIÓN
QUE ODIES



CANCIÓN QUE
TE SEPAS ENTERA



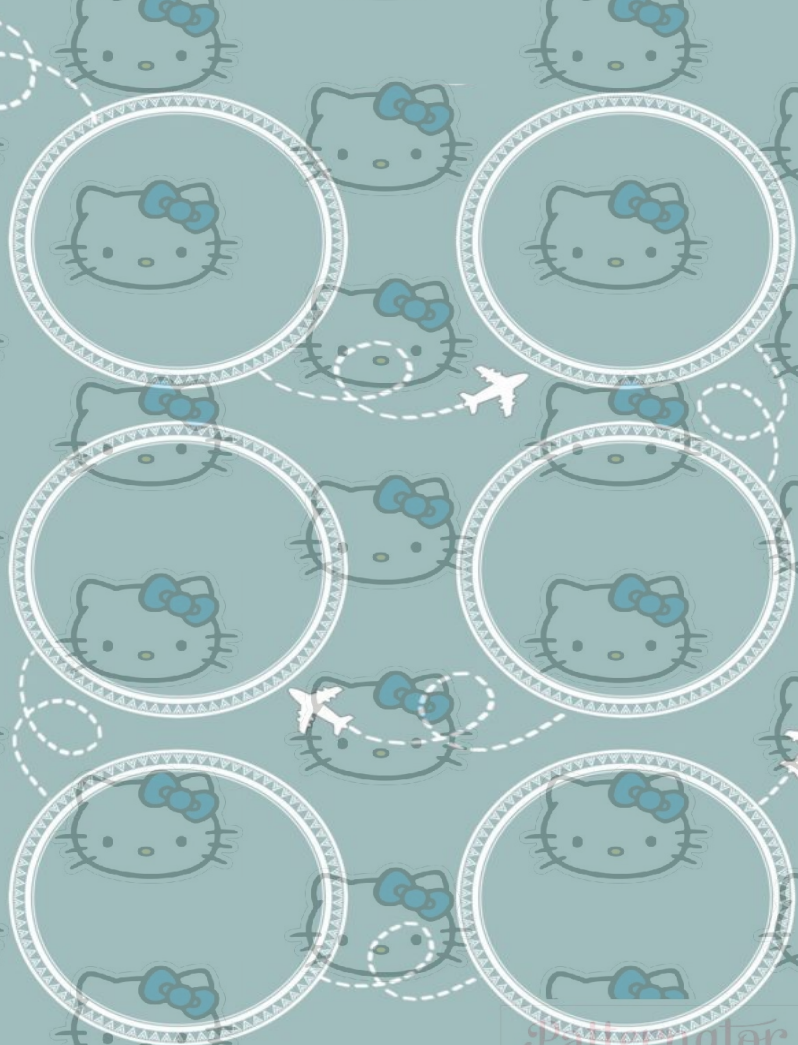
CANCIÓN NO
POPULAR



CANCIÓN DE
TU ARTISTA FAV



PAISES QUE ME GUSTARIA VISITAR



Patternator

CONTROL DE CICLO MENSTRUAL ENERO



L	M	M	J	V	S	D

OBSERVACIONES:

RECUERDO FAVORITO DEL MES

RECUERDO FAVORITO DEL MES



Instagram



FOTO



CONTROL DE CICLO MENSTRUAL ENERO

	L	M	M	J	V	S	D
							
							
							
							
							

OBSERVACIONES: