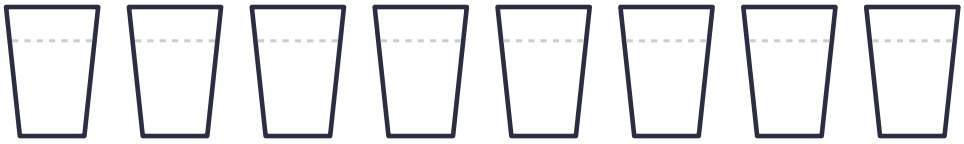
Registro de agua

Colorea un vaso cada vez que tomes agua: la meta es llenar la fila

Semana del _____ Meta: ___ vasos al día

Lunes		/8
Martes		/8
Miércoles		/8
Jueves		/8
Viernes		/8
Sábado		/8
Domingo		/8

Deja una botella a la vista y toma un vaso con cada comida:
así llegas a la meta casi sin pensarlo.

imprimir.aprendidelavida.com · uso personal y en el aula