Registro para dejar un mal hábito

Tacha cada día que lo logres y celebra cada meta alcanzada

Lo que quiero dejar: _____

En su lugar voy a: _____

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	32	33	34	35	36	37	38	39	40
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
51	52	53	54	55	56	57	58	59	**60**

Mis razones para dejarlo

1. _____
2. _____
3. _____

Cuando sienta ganas, voy a:

_____



Día 7

Premio: _____



Día 21

Premio: _____



Día 60

Premio: _____