

Seguimiento de hábitos

Escribí tus hábitos y marcá los días en que los cumplís.

Mes y año _____

Hábito	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

Dejá vacíos los días que no corresponden al mes.