

## Měsíční přehled práce na sobě

Měsíc / rok: ...../.....

Den	Afirmace ráno	Pohybová aktivita	Video	Kniha	Klasická pohádka	Afirmace večer	Poznámka
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							