



NOVIEMBRE 2021

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
1 Día del veganismo	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					

PLANIFICANDO MI SEMANA

SEMANA:.....

LUNES	
MARTES	
MIÉRCOLES	
JUEVES	
VIERNES	
SÁBADO	
DOMINGO	

OBJETIVOS SEMANALES

- 1. Reducir el azúcar
-
-
-
-
-

TAREAS PENDIENTES

-
-
-
-
-
-

NOTAS

.....

.....

.....

.....

.....

PLAN DIARIO

NOVIEMBRE 2021

L	M	X	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					

AGUA BEBIDA



PRIORIDAD

.....
.....
.....
.....
.....
.....

NOTAS

.....
.....
.....
.....
.....