

# mi planning semanal de vida sana

Mes: 

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Me he despertado							
Estado de ánimo							
Nivel de energía							
Agua							
Desayuno							
Media mañana							
Comidas	Comida						
	Merienda						
	Cena						
Ejercicio							
Hora de acostarse							
Horas de sueño							

# Gracias

## POR DESCARGAR ESTE MATERIAL

### TÉRMINOS DE USO

Este material es de uso personal.

Puedes hacer copias para tu uso personal o para tus alumnos y promocionar este recurso mencionando a @imaginacreaeduca.

No puedes promocionar este recurso como si fuera tuyo, quitarle las marcas de agua/logos y venderlo.



### CRÉDITOS

Este material está elaborado por

Imagina, crea, educa



### CONTACTO



[@imaginacreaeduca](https://www.instagram.com/imaginacreaeduca)



[imaginacreaeduca](https://www.pinterest.com/imaginacreaeduca)



[imaginacreaeduca@gmail.com](mailto:imaginacreaeduca@gmail.com)



[www.imaginacreaeduca.com](http://www.imaginacreaeduca.com)