

MIS FAVORITOS

Películas: _____

Libros: _____

Canciones: _____

Comida: _____

Bebidas: _____

Restaurantes: _____

Programas de TV: _____

Ropa: _____

Colores: _____

Discos: _____

VALORES DE INVERNO	VALORES DE PRIMAVERA
VALORES DE VERANO	VALORES DE OTONO

Nombre: _____
Médico: _____

HISTORIAL MÉDICO

AÑO	EDAD	ESTATURA	PESO	PRESIÓN SANGUÍNEA	NIVELES DE GLUCOSA	COLESTEROL BUENO	COLESTEROL MALO

FECHAS IMPORTANTES

Nuestro aniversario: _____

Cumpleaños de mi pareja: _____

Cumpleaños de mis hijos: _____

Cumpleaños de mis padres: _____

Otros cumpleaños en la familia: _____

Cumpleaños de mis amigos: _____

Logros en mi carrera: _____

DE TODO UN POCO

Escriba aquí otras notas, pegue fotos, tiques, entradas... ¡lo que quiera!

AÑO: _____



Mi edad es: _____

Trabajo en: _____

El trabajo de mis sueños es: _____

Mi mayor amigo/a es: _____

El amor de mi vida es: _____

Vivo en: _____

Vivo con: _____

Una palabra que me describe es: _____

Mi hobby favorito es: _____

Una cosa que me gustaría cambiar es: _____

Mi objetivo personal es: _____

Mi objetivo profesional es: _____

La persona a la que admiro es: _____

Deseo que: _____

Mi recuerdo favorito es: _____

AÑO: _____



Mi edad es: _____

Trabajo en: _____

El trabajo de mis sueños es: _____

Mi mayor amigo/a es: _____

El amor de mi vida es: _____

Vivo en: _____

Vivo con: _____

Una palabra que me describe es: _____

Mi hobby favorito es: _____

Una cosa que me gustaría cambiar es: _____

Mi objetivo personal es: _____

Mi objetivo profesional es: _____

La persona a la que admiro es: _____

Deseo que: _____

Mi recuerdo favorito es: _____

AÑO: _____



Mi edad es: _____

Trabajo en: _____

El trabajo de mis sueños es: _____

Mi mayor amigo/a es: _____

El amor de mi vida es: _____

Vivo en: _____

Vivo con: _____

Una palabra que me describe es: _____

Mi hobby favorito es: _____

Una cosa que me gustaría cambiar es: _____

AÑO: _____



Mi edad es: _____

Trabajo en: _____

El trabajo de mis sueños es: _____

Mi mayor amigo/a es: _____

El amor de mi vida es: _____

Vivo en: _____

Vivo con: _____

Una palabra que me describe es: _____

Mi hobby favorito es: _____

Una cosa que me gustaría cambiar es: _____

Mi objetivo personal es: _____

Mi objetivo profesional es: _____

La persona a la que admiro es: _____

Deseo que: _____

Mi recuerdo favorito es: _____

Mi objetivo personal es: _____

Mi objetivo profesional es: _____

La persona a la que admiro es: _____

Deseo que: _____

Mi recuerdo favorito es: _____

AÑO: _____



Mi edad es: _____

Trabajo en: _____

El trabajo de mis sueños es: _____

Mi mayor amigo/a es: _____

El amor de mi vida es: _____

Vivo en: _____

Vivo con: _____

Una palabra que me describe es: _____

Mi hobby favorito es: _____

Una cosa que me gustaría cambiar es: _____

Mi objetivo personal es: _____

Mi objetivo profesional es: _____

La persona a la que admiro es: _____

Deseo que: _____

Mi recuerdo favorito es: _____
