

DIARIO DEGLI EVENTI PIACEVOLI

Data	Qual è stata l'esperienza?	Cosa ha sentito il tuo corpo durante l'esperienza?	Quali sono state le emozioni, gli stati d'animo, i pensieri che hanno accompagnato l'evento?
Lunedì			
Martedì			
Mercoledì			
Giovedì			
Venerdì			
Sabato			
Domenica			

