

Reto 21 días

Pequeñas acciones, grandes cambios



Hábito: Apagar las luces cuando no las necesitamos.

Día del mes:

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

Hábito: Desenchufar cargadores y aparatos que no se utilicen.

Día del mes:

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

Hábito: Usar bolsas reutilizables para las compras.

Día del mes:

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

Hábito: Cerrar la canilla mientras se cepillan los dientes.

Día del mes:

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

Hábito: Reducir el tiempo de las duchas.

Día del mes:

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

Notas:

.....

.....

.....

.....

Reto 21 días

Pequeñas acciones, grandes cambios



Hábito: Apagar las luces cuando no las necesitamos.

Día del mes:

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

Hábito: Desenchufar cargadores y aparatos que no se utilicen.

Día del mes:

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

Hábito: Usar bolsas reutilizables para las compras.

Día del mes:

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

Hábito: Cerrar la canilla mientras se cepillan los dientes.

Día del mes:

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

Hábito: Reducir el tiempo de las duchas.

Día del mes:

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

Notas:

.....

.....

.....

.....