

Ficha de Registro de Actividades y Bienestar.

RECORDATORIOS PERSONALIZADOS.

De Queridamente.com

| | | | |
|-----------------------|--|-----------|--|
| Nombre del individuo: | | Fecha: | |
| Actividad realizada: | | Duración: | |
| Lugar: | | Hora: | |

Descripción de la Actividad

Breve resumen de la actividad realizada, objetivos o propósito.

Estado Emocional Antes de la Actividad

| Emoción predominante | Nivel de energía (1-10) | Nivel de motivación (1-10) |
|----------------------|-------------------------|----------------------------|
| | | |

Estado Emocional Despues de la Actividad

| Emoción predominante | Nivel de energía (1-10) | Nivel de satisfacción (1-10) |
|----------------------|-------------------------|------------------------------|
| | | |

Observaciones

Espacio para anotar comentarios sobre cómo se sintió el individuo durante y después de la actividad, cambios observados o aspectos relevantes.

Evaluación General

| Impacto de la actividad en el bienestar (1-10) | Repetiría la actividad (Sí/No) | Comentarios adicionales |
|--|--------------------------------|-------------------------|
| | | |

Firma del Observador

| | | | |
|---------|--|--------|--|
| Nombre: | | Firma: | |
|---------|--|--------|--|