

COMPROMÉTETE A LA *GRATITUD*

NOVIEMBRE DE 2023

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
			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		



Durante este mes de Acción de Gracias, comprométete a llevar a cabo al menos tres actividades de la siguiente lista.

- Haz una jarra o un diario de agradecimiento
- Ve el [webinario de EFR sobre la gratitud](#)
- Céntrate en lo que tienes
- Escribe una nota de agradecimiento
- Da las gracias a un compañero

