Kerstin Hardt

Mein

Trinkprotokoll

Woche vom..... bis .....

Wie viele Gläser hast Du getrunken (1 Glas á 0,3l)?.

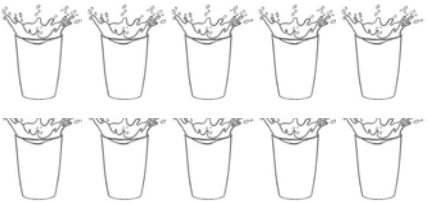
Je nach Menge, Gläser ausmalen.

Montag

Dienstag

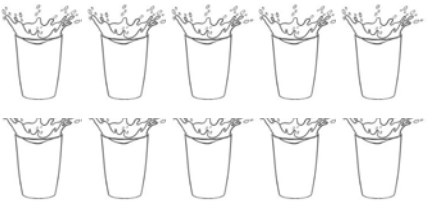
Mittwoch

Donnerstag



Freitag

Samstag



Sonntag

Trinkprotokoll

Monat : .....

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

31

Kerstin Hardt