

*Bullet journal – Mood tracker*  
*Peintures*

Suivez votre humeur au quotidien !

1. Choisissez ce modèle pour les mois comptabilisant 31 jours
2. Recopiez ce modèle ou bien découpez-le et collez-le dans votre bullet journal
3. Remplissez avec une couleur pour une émotion (ex : « couleur jaune » = « heureux.se »)
4. Coloriez à l'aquarelle avec les produits dispos sur le site [www.paper-break.fr](http://www.paper-break.fr)

