













Czy pamiętasz o codziennej pielęgnacji? Zachęcamy cię do podjęcia wyzwania: postaw jasny cel dla twojej skóry, a potem mierz swoje postępy! Nawilżenie, odżywienie, ujędrnienie, a może oczyszczenie? Nasze szablony do wydruku pomogą ci kontrolować stan zadbania o twoją skórę. Efekty mogą cię zaskoczyć! Po miesiącu regularnej pielęgnacji z YUMI przekonasz się, że twoja skóra będzie naprawdę yummy!











Szablony są przeznaczone dla notesów w rozmiarze A5. Określisz w nich cele, plany i postępy w pielęgnacji. Możesz drukować je w kolorze lub czarno-białe.











Jeśli zrobisz zdjęcie swojego bullet journal z naszymi szablonami, oznacz nas **#yummyskingoals**

Chcesz wiedzieć więcej o pielęgnacji, która jest przyjemnością?
Śledź nas na Instagramie: **@yumi_aloe**

CODZIENNIE

Twarz	
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____

Ciało	
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____

Włosy	
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____

CO TYDZIEŃ

Twarz	
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____

Ciało	
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____

Włosy	
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____

CO MIESIĄC

Twarz	
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____

Ciało	
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____

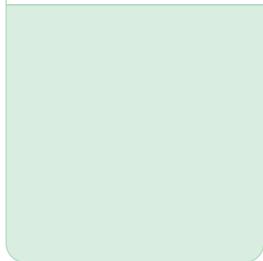
Włosy	
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____
	_____

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
<p>WODA</p> <p>○○○○○○○○</p> <p>SEN</p> <p>○ h</p>	<p>WODA</p> <p>○○○○○○○○</p> <p>SEN</p> <p>○ h</p>	<p>WODA</p> <p>○○○○○○○○</p> <p>SEN</p> <p>○ h</p>	<p>WODA</p> <p>○○○○○○○○</p> <p>SEN</p> <p>○ h</p>	<p>WODA</p> <p>○○○○○○○○</p> <p>SEN</p> <p>○ h</p>	<p>WODA</p> <p>○○○○○○○○</p> <p>SEN</p> <p>○ h</p>	<p>WODA</p> <p>○○○○○○○○</p> <p>SEN</p> <p>○ h</p>
<p>ĆWICZENIA</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>ĆWICZENIA</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>ĆWICZENIA</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>ĆWICZENIA</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>ĆWICZENIA</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>ĆWICZENIA</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>ĆWICZENIA</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
<p>POSIŁKI</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>POSIŁKI</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>POSIŁKI</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>POSIŁKI</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>POSIŁKI</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>POSIŁKI</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>POSIŁKI</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
<p>PIELĘGNACJA</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>PIELĘGNACJA</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>PIELĘGNACJA</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>PIELĘGNACJA</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>PIELĘGNACJA</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>PIELĘGNACJA</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>PIELĘGNACJA</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>

YUMI

W tym miesiącu będę dbać o siebie poprzez...

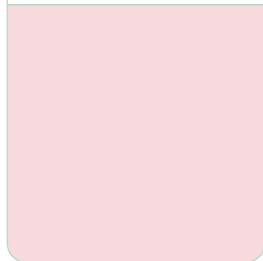
#01



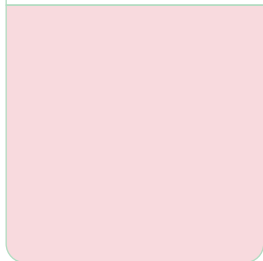
#02



#03



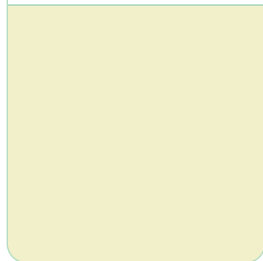
#04



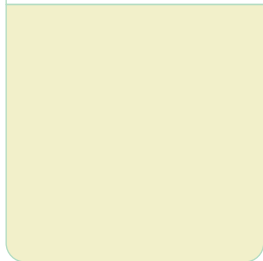
#05



#06



#07



#08



#09



#yummyskingoals