

Mein Gewohnheits-Tracker

für die Woche vom

von:

_____ bis _____

(Datum)

(Name)

(Kreuzen Sie an, wenn...)

Wochentag:	MO	Di	MI	DO	FR	SA	SO
UV-Index gecheckt							
Sonnencreme verwendet							
Sonnenbrille getragen							
Auf Kosmetik verzichtet							
Zeit in praller Sonne (in Min)							
UV-Index Wert							

