



# Diario Estivo

## *La Mia Estate 2025*



Nome: \_\_\_\_\_

Cognome: \_\_\_\_\_



# Benvenuto nel tuo diario estivo!

Ciao!

Questo diario è tutto tuo. Serve per ricordare le cose belle che farai quest'estate, per scrivere i tuoi pensieri, per raccontare cosa ti piace o come ti senti.

Puoi scrivere, disegnare, incollare foto o usare adesivi. Ogni settimana troverai alcune domande e spazi per rispondere. Non ci sono risposte giuste o sbagliate: ogni cosa che scrivi o disegni è importante.

## Come funziona?

Ogni settimana troverai:

- Le attività che hai fatto
- Le emozioni che hai provato
- Una scoperta o una cosa nuova
- Un momento speciale

In questo diario, sei libero di aggiungere delle pagine per raccontare o disegnare altre attività.



**Settimana** \_\_\_\_ (dal \_\_\_\_\_ al \_\_\_\_\_)

**Cosa ho fatto questa settimana:**

(Scrivi le attività che hai fatto: anche le più semplici vanno bene!)

---

---

---

---

**Come mi sono sentito/a:**

(Seleziona la risposta che rappresentano meglio la tua settimana)

Felice     Normale     Triste     Arrabbiato     Stanco

**Un momento speciale della settimana:**

---

---

---

**Una cosa nuova che ho imparato o scoperto:**

---

---



**Settimana** \_\_\_\_ (dal \_\_\_\_\_ al \_\_\_\_\_)

**Cosa ho fatto questa settimana:**

(Scrivi le attività che hai fatto: anche le più semplici vanno bene!)

---

---

---

---

**Come mi sono sentito/a:**

(Seleziona la risposta che rappresentano meglio la tua settimana)

Felice     Normale     Triste     Arrabbiato     Stanco

**Un momento speciale della settimana:**

---

---

---

**Una cosa nuova che ho imparato o scoperto:**

---

---

---



**Settimana** \_\_\_\_ (dal \_\_\_\_\_ al \_\_\_\_\_)

**Cosa ho fatto questa settimana:**

(Scrivi le attività che hai fatto: anche le più semplici vanno bene!)

---

---

---

---

**Come mi sono sentito/a:**

(Seleziona la risposta che rappresentano meglio la tua settimana)

Felice     Normale     Triste     Arrabbiato     Stanco

**Un momento speciale della settimana:**

---

---

---

**Una cosa nuova che ho imparato o scoperto:**

---

---



**Settimana** \_\_\_\_ (dal \_\_\_\_\_ al \_\_\_\_\_)

**Cosa ho fatto questa settimana:**

(Scrivi le attività che hai fatto: anche le più semplici vanno bene!)

---

---

---

---

**Come mi sono sentito/a:**

(Seleziona la risposta che rappresentano meglio la tua settimana)

Felice     Normale     Triste     Arrabbiato     Stanco

**Un momento speciale della settimana:**

---

---

---

**Una cosa nuova che ho imparato o scoperto:**

---

---



**Settimana** \_\_\_\_ (dal \_\_\_\_\_ al \_\_\_\_\_)

**Cosa ho fatto questa settimana:**

(Scrivi le attività che hai fatto: anche le più semplici vanno bene!)

---

---

---

---

**Come mi sono sentito/a:**

(Seleziona la risposta che rappresentano meglio la tua settimana)

Felice     Normale     Triste     Arrabbiato     Stanco

**Un momento speciale della settimana:**

---

---

---

**Una cosa nuova che ho imparato o scoperto:**

---

---



**Settimana** \_\_\_\_ (dal \_\_\_\_\_ al \_\_\_\_\_)

**Cosa ho fatto questa settimana:**

(Scrivi le attività che hai fatto: anche le più semplici vanno bene!)

---

---

---

---

**Come mi sono sentito/a:**

(Seleziona la risposta che rappresentano meglio la tua settimana)

Felice     Normale     Triste     Arrabbiato     Stanco

**Un momento speciale della settimana:**

---

---

---

**Una cosa nuova che ho imparato o scoperto:**

---

---



**Settimana** \_\_\_\_ (dal \_\_\_\_\_ al \_\_\_\_\_)

**Cosa ho fatto questa settimana:**

(Scrivi le attività che hai fatto: anche le più semplici vanno bene!)

---

---

---

---

**Come mi sono sentito/a:**

(Seleziona la risposta che rappresentano meglio la tua settimana)

Felice     Normale     Triste     Arrabbiato     Stanco

**Un momento speciale della settimana:**

---

---

---

**Una cosa nuova che ho imparato o scoperto:**

---

---



**Settimana** \_\_\_\_ (dal \_\_\_\_\_ al \_\_\_\_\_)

**Cosa ho fatto questa settimana:**

(Scrivi le attività che hai fatto: anche le più semplici vanno bene!)

---

---

---

---

**Come mi sono sentito/a:**

(Seleziona la risposta che rappresentano meglio la tua settimana)

Felice     Normale     Triste     Arrabbiato     Stanco

**Un momento speciale della settimana:**

---

---

---

**Una cosa nuova che ho imparato o scoperto:**

---

---



**Settimana** \_\_\_\_ (dal \_\_\_\_\_ al \_\_\_\_\_)

**Cosa ho fatto questa settimana:**

(Scrivi le attività che hai fatto: anche le più semplici vanno bene!)

---

---

---

---

**Come mi sono sentito/a:**

(Seleziona la risposta che rappresentano meglio la tua settimana)

Felice     Normale     Triste     Arrabbiato     Stanco

**Un momento speciale della settimana:**

---

---

---

**Una cosa nuova che ho imparato o scoperto:**

---

---



**Settimana** \_\_\_\_ (dal \_\_\_\_\_ al \_\_\_\_\_)

**Cosa ho fatto questa settimana:**

(Scrivi le attività che hai fatto: anche le più semplici vanno bene!)

---

---

---

---

**Come mi sono sentito/a:**

(Seleziona la risposta che rappresentano meglio la tua settimana)

Felice     Normale     Triste     Arrabbiato     Stanco

**Un momento speciale della settimana:**

---

---

---

**Una cosa nuova che ho imparato o scoperto:**

---

---



**Settimana** \_\_\_\_ (dal \_\_\_\_\_ al \_\_\_\_\_)

**Cosa ho fatto questa settimana:**

(Scrivi le attività che hai fatto: anche le più semplici vanno bene!)

---

---

---

---

**Come mi sono sentito/a:**

(Seleziona la risposta che rappresentano meglio la tua settimana)

Felice     Normale     Triste     Arrabbiato     Stanco

**Un momento speciale della settimana:**

---

---

---

**Una cosa nuova che ho imparato o scoperto:**

---

---



## Idee per la mia estate (se hai bisogno di ispirazione)

- Guardare un tramonto
- Ascoltare una canzone nuova
- Preparare un dolce o una ricetta
- Fare una passeggiata con qualcuno
- Visitare un posto vicino
- Scrivere una lettera a un amico
- Fare una foto a qualcosa che ti piace



## Alla fine dell'estate...

### L'estate in 5 parole

Scrivi 5 parole che raccontano com'è stata la tua estate.

---

---

---

---

---

### Una cosa che non dimenticherò:

---

---