

Tu ce obicei sanatos ai vrea sa ai de maine?

OBICEI: _____

ETAPE	RECOMPENSA la atingerea rezultatului intermediar

CE OBTII DACA ADOPTI ACEST OBICEI	CONSECINTELE NEADOPTARII OBICEIULUI

CUM VEI FI PESTE:

6 luni: _____

1 an: _____

3 ani: _____