

# Συνταγή της Επιτυχίας

*Κάνε την αλλαγές που θα σε πάνε στη σωστή κατεύθυνση*

Σημείωσε **Συνήθειες**, **Συμπεριφορές** και **Ενέργειες** για το πως θα πετύχεις την αλλαγή της διατροφικής σου νοοτροπίας

Τωρινός Εαυτός	Μελλοντικός Εαυτός
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....
.....	.....