

AUTOZAINKETA PLANA

DATA	ZAILTASUNA	NIRE HELBURUA	NIRE HELBURUA BETETZEA
1. Dieta			
2. Ariketa			
3. Tabakoa			
4. Alkohola			
5. Medikamentuak - tratamendua			
6. Gorputzeko higieena			
7. Loa			
8. Beste batzuk			