



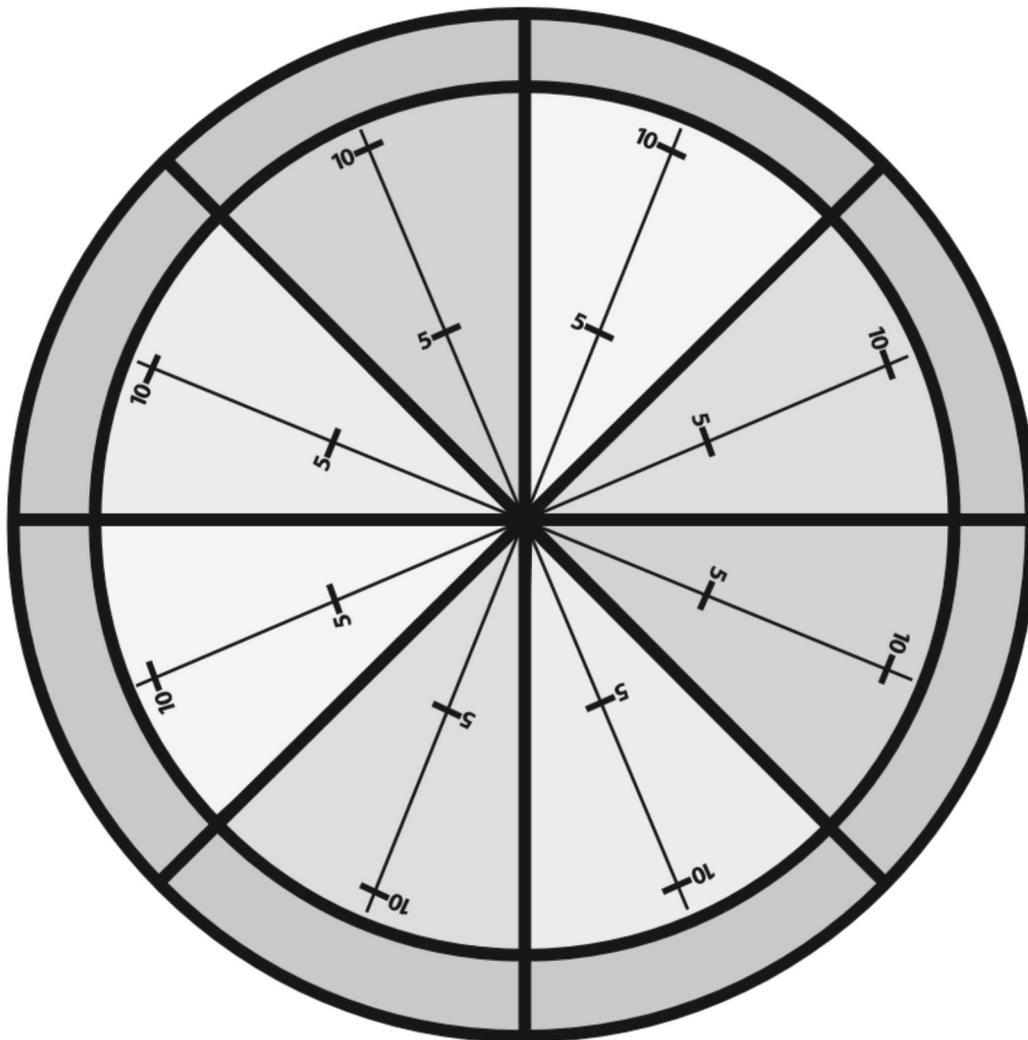
Vivir una vida equilibrada

Ejercicio de una Vida Equilibrada 2

Si bien el objetivo es nunca descuidar ningún área, tus cuatro puntajes más altos probablemente no requieren la atención enfocada que requieren tus puntajes más bajos.

Idea: Debido a que la salud cubre gran variedad de temas, puedes hacer un diagrama solamente para esa categoría: ejercicio, nutrición, dormir, presión sanguínea, colesterol, citas médicas etc.

Fecha _____





Vivir una vida equilibrada

Ejercicio de una Vida Equilibrada 2

Puntajes más bajos
Puntajes más altos
Plan

