

SESIÓN 13

Repaso y graduación



Una carta para mí

En el programa *Meta → Salud* he aprendido que puedo hacer muchas cosas para mejorar mi salud y tener menos probabilidades de desarrollar enfermedades crónicas. También puedo ayudar a mis familiares a tomar decisiones saludables. Durante los tres meses que vienen trataré de hacer lo siguiente para proteger mi salud:

1	
2	
3	
4	
5	

Nombre y Firma

Fecha
