



Carta de reconciliación con el cambio



Fecha:.....

Hola,..... del futuro. Ahora mismo llevamos varias semanas o meses avanzando por un camino que te llevará al objetivo que te habías planteado. Hasta ahora hemos conseguido algunas cosas positivas:

-
-
-

Todo esto te ha hecho sentir bien y ha sido beneficioso porque.....

.....

Si en el futuro cometemos algún fallo o sientes ganas de tirar la toalla me gustaría recordarte que:

-
-

Firmado



NUTRI&CLINIC
PROGRAMA DE NUTRICIÓN VIRTUAL