

Cronograma Día D

3ª sesión

Deures Sessió 3

CAP

Sesiones	Fecha	Hora	CO	Peso	TA
¡PREPÁRATE!					
¡DECÍDETE!					
DÍA D* Y RELAJACIÓN *Primer día sin fumar					
ALIMENTACIÓN Y EJERCICIO					
PREVENCIÓN DE RECAÍDAS					
PREVENCIÓN DE RECAÍDAS					
PREVENCIÓN DE RECAÍDAS					
PREVENCIÓN DE RECAÍDAS					
PREVENCIÓN DE RECAÍDAS					
PREVENCIÓN DE RECAÍDAS					
PREVENCIÓN DE RECAÍDAS					

Para el buen funcionamiento del grupo, si no puedes asistir a alguna de las sesiones, te agradeceremos que nos avises.