

CZARNA LISTA

Słodycze

Co jem?

.....
.....
.....

Dlaczego ?

.....
.....
.....

Kiedy ?

.....
.....
.....

Gdzie ?

.....
.....
.....

Słodycze to :

.....
.....
.....

Po jedzeniu :

.....
.....
.....



PLAN B

Słodycze

Moje triggery:

Plan B :