

## Nutrition Goals

What do I think about my current eating habits?	What do I most want to change?
•••••••••••	••••••
••••••••••••	••••••
••••••••••••	•••••••••
••••••••••••	••••••
••••••••••••	•••••••
GOALS	BARRIERS
•••••••	••••••••
•••••••	••••••••
••••••••	••••••••
•••••••	•••••••
••••••••	••••••••
•••••••	•••••••••
•••••••	•••••••••
•••••	•••••••
••••••	•••••••••