FICHE HABITUDE DE VIE

DATE: / /

ROUTINE DU MATIN

	L	M	M	J	V	S	D

SANTÉ ET BIEN-ÊTRE

	L	M	M	J	V	S	D

AUTRES HABITUDES

	L	M	M	J	V	S	D

ROUTINE DU SOIR

	L	M	M	J	V	S	D