

Ma semaine EN ÉQUILIBRE

DATE _____

OBJECTIFS DE
MA SEMAINE

MON ETAT D'ESPRIT



LUNDI

MATIN: _____

MIDI: _____

APRES-
MIDI: _____

SOIR: _____

MARDI

MATIN: _____

MIDI: _____

APRES-
MIDI: _____

SOIR: _____

MERCREDI

MATIN: _____

MIDI: _____

APRES-
MIDI: _____

SOIR: _____

JEUDI

MATIN: _____

MIDI: _____

APRES-
MIDI: _____

SOIR: _____

VENDREDI

MATIN: _____

MIDI: _____

APRES-
MIDI: _____

SOIR: _____

À PENSER

- Imprimer les attestations
- Prendre un appareil photo
-

