|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | Outil de suivi des habitudes | |  | liste des corbeilles à réflexion |
|  | | | Réveil avant 8 |  |  |
|  | | | |  |
| Manger sain nourriture |  | | |  |
|  | | | |  |
|  | | | boire assez eau |  |
|  | | | |  |
| lire un livre |  | | |  |
|  | | | |  |
|  | | | rencontrer des amis |  |
|  | | | |  |
| épargner de l’argent |  | | |  |
| notes | | | |  |
|  | | | |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| mois en cours de révision | |  |  | |
| — MEILLEURE — | — PIRE — |  |  | |
|  |  |  |  | |
| OBJECTIFS | HUMEUR |  | publications de réseaux sociaux | musique |
| journal d’humeur | |
| objectifs | livres |
| HUMEURS | DORMIR |  |  | |
|  |  |  |  | |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| idées à garder à l’esprit |  |  |  | journal des remerciements |  |
|  | |  |  | | |
|  |  | | |
|  | | |