



Aujourd'hui

Le



Les tâches les plus importantes aujourd'hui ...

- 1.
- 2.
- 3.



Qu'est-ce qu'on mange ce soir ? (notes, rappels ...)



Boire de l'eau



Qu'est-ce que je peux faire d'autre pour prendre soin de moi ?



Téléphoner d'urgence à



Penser à acheter ...

