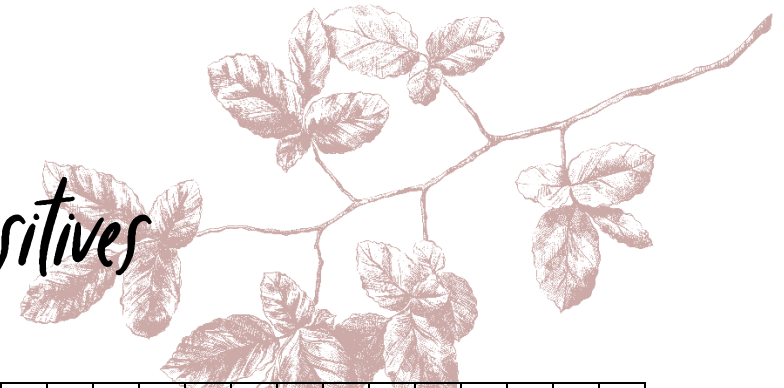


Tracker d'habitudes positives



Habitudes	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Dormir 8h																															
Exercice																															
Faire 10000 pas et plus																															
Boire 2L d'eau et plus																															
Manger 3 repas équilibré																															
Aller dehors au moins 30 minutes																															
Exprimer sa gratitude																															
Écrire 15 minutes																															
Lire																															
Méditer																															

