



LE SEMAINIER



Lundi

Matin : *Je prends soin de moi.*

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Mardi

Matin : *Je suis heureux(se).*

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Mercredi

Matin : *Je suis fier(fière) de moi.*

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Jeudi

Matin : *Je m'autorise à me faire plaisir.*

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Vendredi

Matin : *Je suis exceptionnel(le).*

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Week-end

samedi : *Je rayonne.*

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Après-midi :

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Après-midi :

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Après-midi :

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Après-midi :

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Après-midi :

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Dimanche :

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



Pour votre santé, pratiquez une activité physique régulière. www.mangerbouger.fr.

Mondelez France SAS, locataire gérant de l'activité biscuit, société par actions simplifiée à associé unique, dont le siège social est situé au 6 avenue Reaumur - 92140 Clamart- RCS Nanterre n° 808 234 801