

Suivi quotidien	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Notes
Légèreté et joie											
Intentionnalité											
Santé financière											
Santé environnementale											
Santé spirituelle											
Santé physique											
Santé intellectuelle											
Caractère											
Santé émotionnelle											
Santé sociale											