

Nom : \_\_\_\_\_ Semaine du : \_\_\_\_\_

### **PLANIFICATION DES ACTIVITÉS**

<b>Jour</b>	<b>Heure prévue</b>	<b>Description de l'activité</b> (spécifiez si c'est une activité plaisante, valorisante ou les deux à la fois)	<b>Heure à laquelle l'activité est faite</b>	<b>Plaisir : P= 0 à 10/10 Satisfaction : S= 0 à 10/10</b>
<b>Lundi</b>				
<b>Mardi</b>				
<b>Mercredi</b>				
<b>Jeudi</b>				
<b>Vendredi</b>				
<b>Samedi</b>				
<b>Dimanche</b>				

Commentaires :