

MA JOURNÉE

Date _ / _ / _

L M M J V S D

PRIORITÉ-S

Reste hydraté-e



Bouge-toi 



Pauses



Mood



ENVIE D'UNE PAUSE SÉRIE?

On te conseille la websérie RTBF
«La théorie du Y»: fraîche, représentative,
dans l'air du temps...

D'autres recommandations?
Go sur la page Facebook de ToutSEXPlique!»

08

09

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

NOTES