

RITUAL

RITUAL

concepte

objectiu

termini

hora

ACTIVITAT

```
temps
```

•

TOTAL

concepte

objectiu

termini

hora

ACTIVITAT

```
temps
```

•

•

•

TOTAL

concepte

objectiu

termini

- hora

ACTIVITAT

temps

●

•

•

•

•

TOTAL

concepte

objectiu

termini

hora

ACTIVITAT

```

| temps

```

TOTAL

darrere

davant

DIETA

DIETA

- / / data

DIA	ESMORZAR	DINAR	SOPAR	SNACKS
DILLUNS				
DIMARTS				
DIMECRES				
DIJOUS				
DIVENDRES				
DISSABTE				
DIUMENGE				

- / / data

DIA	ESMORZAR	DINAR	SOPAR	SNACKS
DILLUNS				
DIMARTS				
DIMECRES				
DIJOUS				
DIVENDRES				
DISSABTE				
DIUMENGE				

darrere

davant

DIARI

DIARI

data

data

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

darrere

davant

DIARI

DIARI

data

data

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

.

darrere

davant

LLIURE

LLIURE

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

darrere

davant

LLIURE

LLIURE

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

darrere

davant

LLIURE

LLIURE

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

darrere

davant

LLIURE

LLIURE

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

darrere

davant

LLIURE

LLIURE

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

darrere

davant

LLIURE

LLIURE

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•

•