7		Dimanche				07/01/2024
fruits	salade de fruits	légume crus	graines germés	tisane		
descri	ption alimentaire ——					
descrip	otion jeûn ————					
Who is Al				plegSys		
livre Inaya				lire/MM		
voyage	!			theâtre bois		
maison				guitar		
visualiser	<u> </u>			sport		
yogi — note –	<u> </u>			autre		
sommeil:				<b>/</b> corps: /10	mental: /10	esprit: /10
John Marie	!			00103.1 7101	mental. 710	y copiii.