

PARLER & LIRE

Aliments ▼	SEMAINE 10 - ÉTAPE 10 - Généralisation Tout au long de mes journées, j'ai pensé à avaler :													
	Date ►													
Ma salive	Matin		Matin		Matin		Matin		Matin		Matin		Matin	
	Midi		Midi		Midi		Midi		Midi		Midi		Midi	
	Soir		Soir		Soir		Soir		Soir		Soir		Soir	
Les liquides	Matin		Matin		Matin		Matin		Matin		Matin		Matin	
	Midi		Midi		Midi		Midi		Midi		Midi		Midi	
	Soir		Soir		Soir		Soir		Soir		Soir		Soir	
Les semi-liquides	Matin		Matin		Matin		Matin		Matin		Matin		Matin	
	Midi		Midi		Midi		Midi		Midi		Midi		Midi	
	Soir		Soir		Soir		Soir		Soir		Soir		Soir	
Les féculents	Matin		Matin		Matin		Matin		Matin		Matin		Matin	
	Midi		Midi		Midi		Midi		Midi		Midi		Midi	
	Soir		Soir		Soir		Soir		Soir		Soir		Soir	
Les fruits et légumes	Matin		Matin		Matin		Matin		Matin		Matin		Matin	
	Midi		Midi		Midi		Midi		Midi		Midi		Midi	
	Soir		Soir		Soir		Soir		Soir		Soir		Soir	
Autres. Et le soir avant de m'endormir & au repos.	Matin		Matin		Matin		Matin		Matin		Matin		Matin	
	Midi		Midi		Midi		Midi		Midi		Midi		Midi	
	Soir		Soir		Soir		Soir		Soir		Soir		Soir	

Notez « oui » quand vous avez pensé à avaler et le nombre de bouchées correctes.

BRAVO ! BONNE CONTINUATION !