



JANVIER : MOIS DE L'EAU

10 janvier □ □ □ □ □ □ □ □ □	21 janvier □ □ □ □ □ □ □ □ □
11 janvier □ □ □ □ □ □ □ □ □	22 janvier □ □ □ □ □ □ □ □ □
13 janvier □ □ □ □ □ □ □ □ □	23 janvier □ □ □ □ □ □ □ □ □
14 janvier □ □ □ □ □ □ □ □ □	24 janvier □ □ □ □ □ □ □ □ □
15 janvier □ □ □ □ □ □ □ □ □	25 janvier □ □ □ □ □ □ □ □ □
16 janvier □ □ □ □ □ □ □ □ □	26 janvier □ □ □ □ □ □ □ □ □
17 janvier □ □ □ □ □ □ □ □ □	27 janvier □ □ □ □ □ □ □ □ □
18 janvier □ □ □ □ □ □ □ □ □	28 janvier □ □ □ □ □ □ □ □ □
19 janvier □ □ □ □ □ □ □ □ □	29 janvier □ □ □ □ □ □ □ □ □
20 janvier □ □ □ □ □ □ □ □ □	30 janvier □ □ □ □ □ □ □ □ □
	31 janvier □ □ □ □ □ □ □ □ □

Chaque □ correspond à 250 ml (1 tasse) soit 6 verres d'eau min. par jour