

# La nostra rutina setmanal



	Hidratació saludable	Higiene bucal	Descans
<b>Dilluns</b>	Hora: Hora: Hora: Hora:	Hora: Hora: Hora: Hora:	Hora: Hora: Hora: Hora:
<b>Dimarts</b>	Hora: Hora: Hora: Hora:	Hora: Hora: Hora: Hora:	Hora: Hora: Hora: Hora:
<b>Dimecres</b>	Hora: Hora: Hora: Hora:	Hora: Hora: Hora: Hora:	Hora: Hora: Hora: Hora:
<b>Dijous</b>	Hora: Hora: Hora: Hora:	Hora: Hora: Hora: Hora:	Hora: Hora: Hora: Hora:
<b>Divendres</b>	Hora: Hora: Hora: Hora:	Hora: Hora: Hora: Hora:	Hora: Hora: Hora: Hora: