

Tableau complété par _____ en date du _____

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
lundi																							
mardi																							
mercredi																							
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24													
jeudi											mercredi												
vendredi																							
samedi																							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
dimanche																							

un tel tableau, facile à établir et à copier, est un duplicateur (par exemple au cadre commode pour comptabiliser le nombre et/ou la durée de différentes activités ou événements: heures de travail, temps de loisirs, temps passé devant la télévision, .. En utilisant un code convenu, le nombre d'informations à enregistrer est important.

activité: _____

nombre d'heures par semaine: _____
(total hebdomadaire)