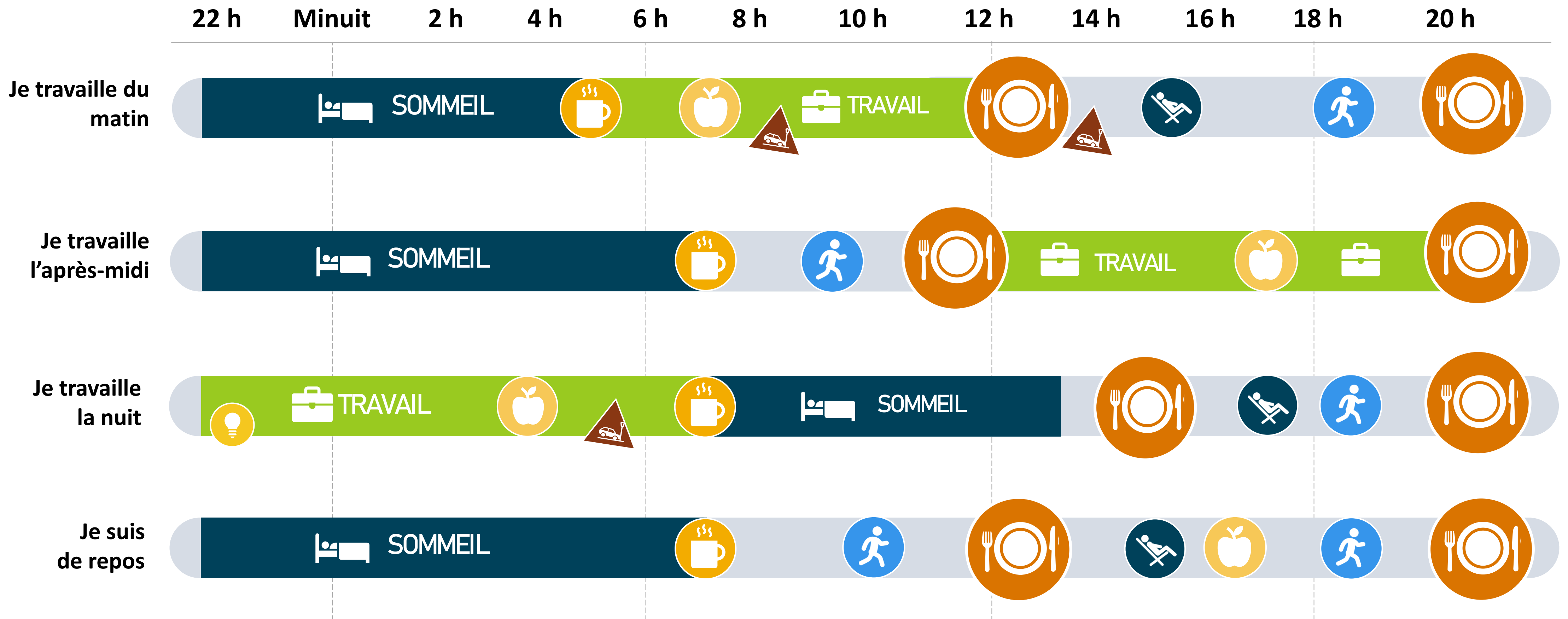


ORGANISER SA JOURNÉE SELON LES HORAIRES DE TRAVAIL



TRAVAIL	Temps de travail	Collation	Activité physique Sport, ménage, jardinage...
SOMMEIL	Temps de sommeil	Petit-déjeuner	Risque de somnolence au volant
	Sieste	Repas	Local bien éclairé