

Lundi															
Mardi															
Mercredi															
Jeudi															
Vendredi															
Samedi															
Dimanche															
Heures		20h	21h	22h	23h	24h	1h	2h	3h	4h	5h	6h	7h	8h	9h

X coucher/lever
 --- au lit
 — dormir