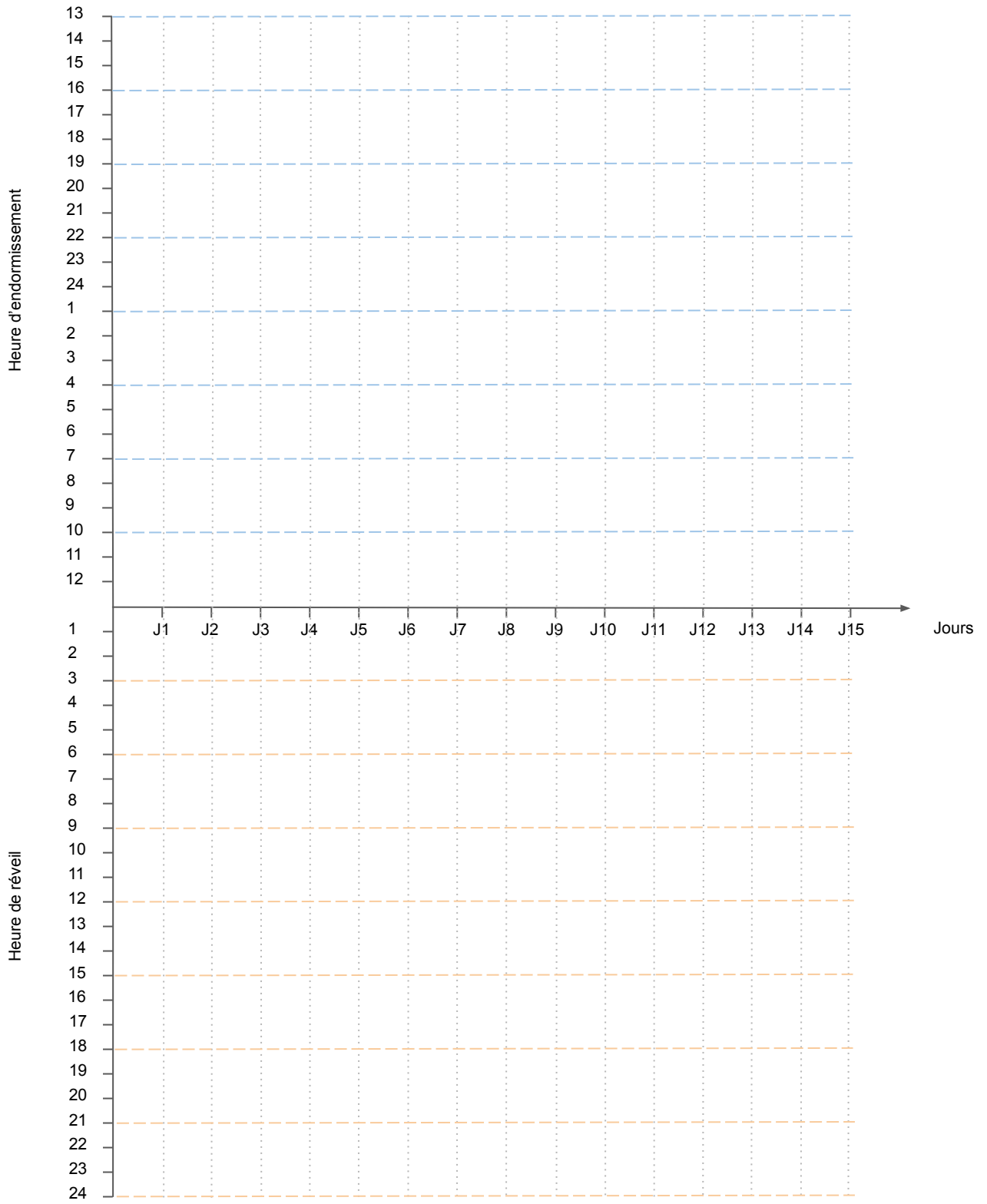


Fig. 1 - Modèle d'étude du sommeil <http://www.booksforachange.com/fr/free-sleep-evaluation-tools/>

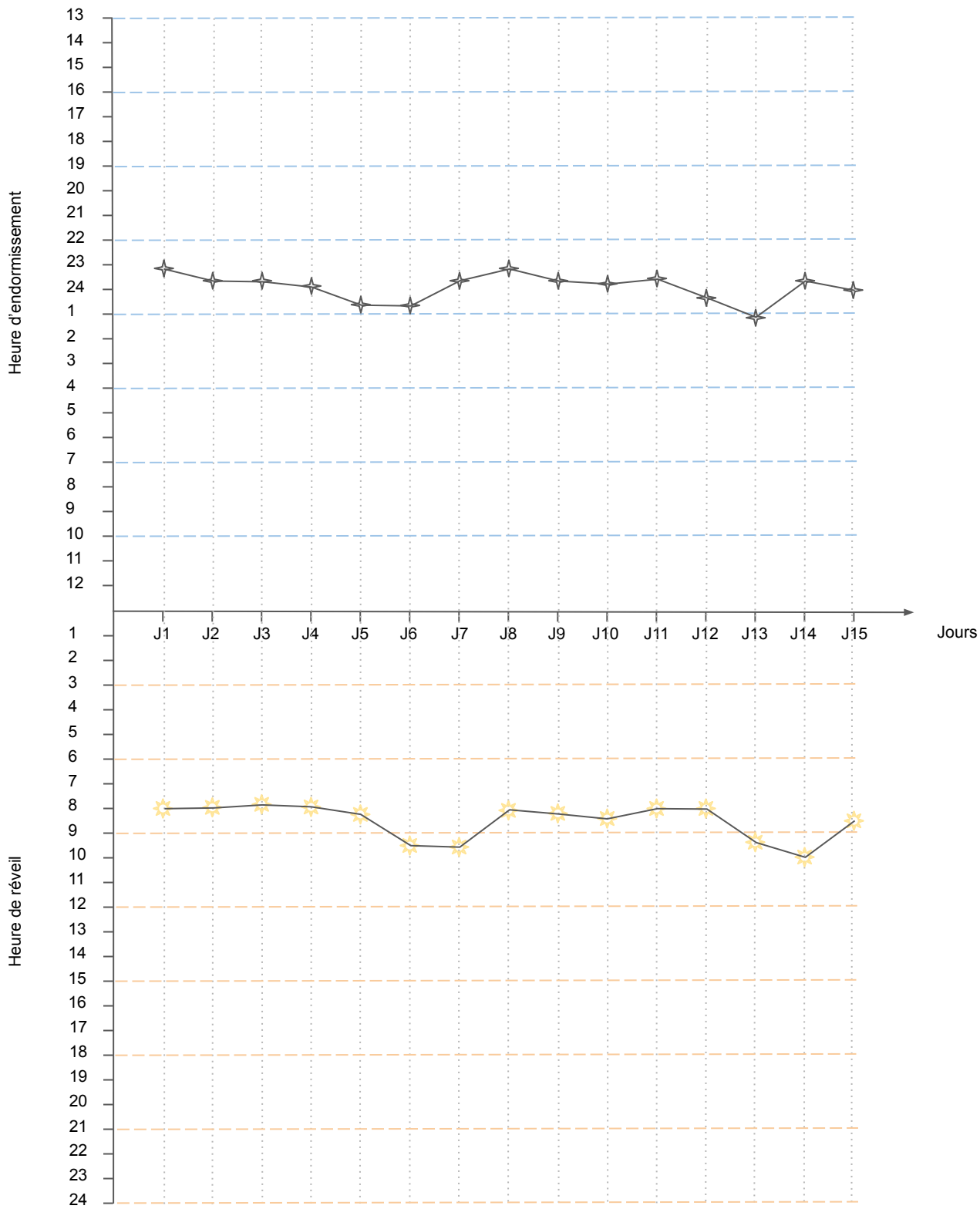


Qualité de Sommeil
(1-5)

Notes

Quality of Sleep (1-5) and Notes sections with horizontal lines for recording data.

Fig. 2 - Exemple de rythme bénéfique <http://www.booksforachange.com/fr/free-sleep-evaluation-tools/>

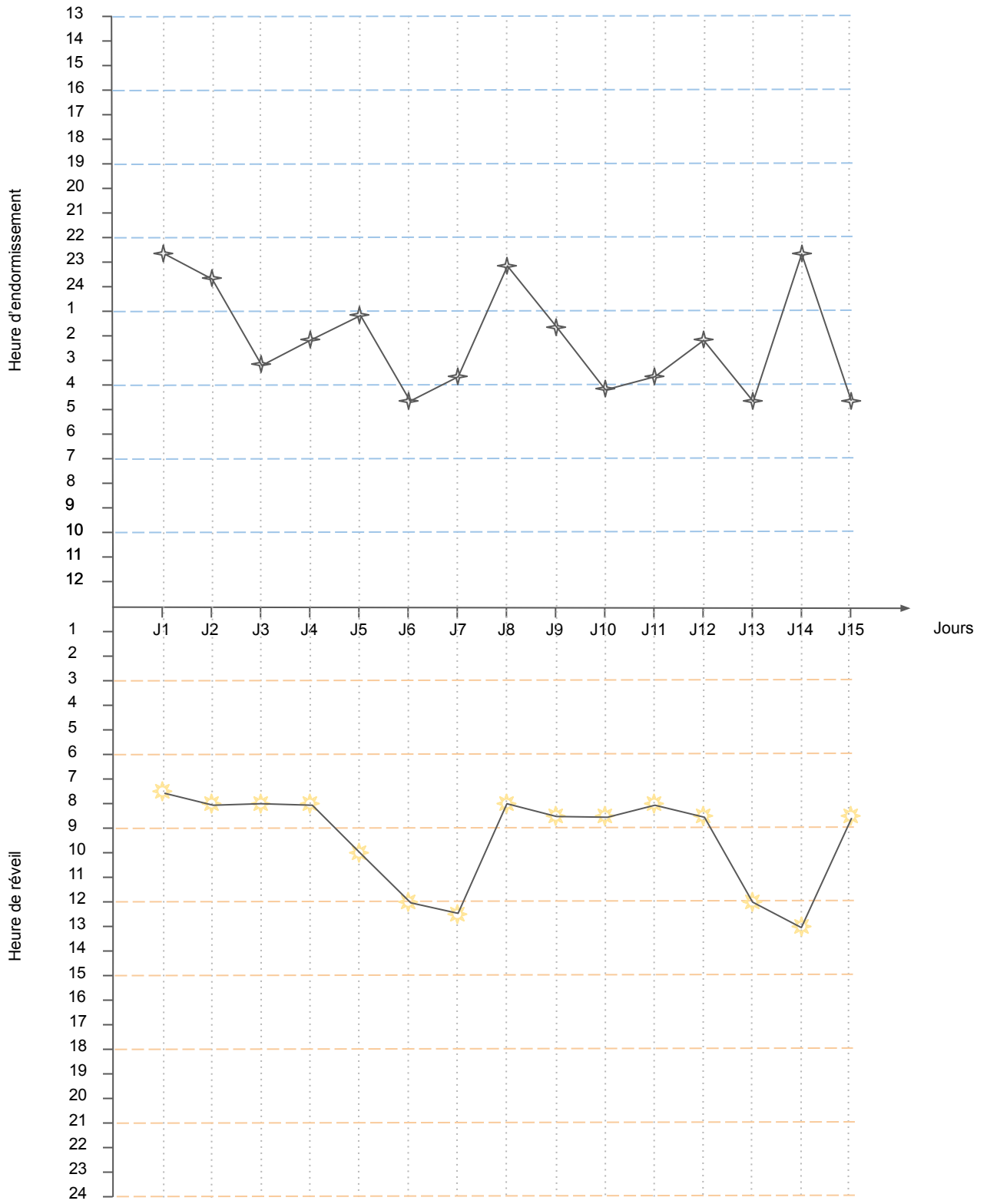


Qualité de Sommeil (1-5)

4 4 5 5 4 5 5 3 5 4 5 5 3 5 5

Notes

Fig. 3 - Exemple de rythme chaotique <http://www.booksforachange.com/fr/free-sleep-evaluation-tools/>



Qualité de Sommeil
(1-5)

4 3 1 2 1 3 3 4 2 1 1 1 3 5 2

Notes
