

**Abaque de Pleine Santé : Alimentation, Air, Méditation, Exercice, Soleil, Psychologie, Eau, Repos, Espérance**

"AAMESPERE®"

- 1 : Critique
- 2 : Passable
- 3 : Acceptable
- 4 : Assidu
- 5 : Excellent

Alimentation	
Air	
Méditation	
Exercice	
Soleil	
Psychologie	
Eau	
Repos	
Espérance	
Moyenne	

