

## Les Trousses de base AIM ... pour un bon départ

On a parfois besoin d'un peu d'aide pour décider du choix de produits AIM dont on a besoin. Les Trousses de base offrent une réponse à de telles questions. AIM propose un assortiment de Trousses de base ciblant des besoins spécifiques, qui sont à la disposition des nouveaux membres et des membres actuels de AIM.

Vous désirez peut-être prendre des suppléments comme mesure de prévention et pour le maintien d'une bonne santé. D'autres personnes souhaitent peut-être éviter les troubles cardiaques ou maîtriser un problème de poids. Pour toutes ces raisons et pour de nombreuses autres, le choix varié de Trousses de base AIM propose diverses solutions. Et cela vous coûtera moins cher que si vous achetiez les produits individuellement!

### Body Booster Packs 1 et 2 120,00 \$ Économie de 9 \$ à 10 \$

Dynamisez votre organisme grâce au AIM Garden Trio® - trois aliments complets concentrés sous forme de jus en poudre. Pour l'énergie et la force, le AIM BarleyLife® fournit des vitamines, des minéraux, des antioxydants, des protéines, des acides aminés, des enzymes, de la chlorophylle et des substances phytochimiques provenant du jus en poudre de jeunes pousses d'orge. Le AIM Just Carrots® et le AIM RediBeets® procurent les bienfaits nutritionnels des carottes et des betteraves en vous évitant la corvée d'en extraire le jus vous-même. Le Garden Trio allie la commodité à une nutrition optimale.

Les Body Booster Packs comprennent aussi soit du AIM Herbal FiberBlend® ou du AIM FibreBalance®, qui complètent tous deux l'alimentation en fibres essentielles et qui fournissent aussi des plantes dépuratives favorisant l'équilibre des taux de glycémie et procurant de nombreux autres bienfaits.

### SLIM Pack 98,00 \$ Économie de 5 \$

La perte de poids et le développement de tissu musculaire maigre sont à présent beaucoup plus faciles avec l'aide du SLIM Pack – un trio de produits que vous pourrez réunir dans un smoothie parfait pour vous aider à maîtriser votre poids.

Le AIM ProPeas™ fournit des protéines d'origine végétale provenant de pois des champs, qui aident à maintenir la masse musculaire maigre, qui accélèrent le métabolisme et qui augmentent la sensation de rassasiement. Le AIM FibreBalance®, qui fournit les fibres quotidiennes nécessaires ainsi que des plantes dépuratives, contribue aussi à la sensation de rassasiement, ce qui diminue les fringales de collations et l'alimentation excessive qui favorisent la prise de poids. Pendant que vous vous efforcez d'atteindre votre poids idéal, le AIM CellStar™ aide à renforcer votre système immunitaire grâce à ses superfruits bourrés de nutriments riches en antioxydants.

Le SLIM Pack est l'allié qui vous permettra de remporter la victoire sur les kilos superflus.

### Heart Health Pack 110,00 \$ Économie de 6 \$

Entretenez la force et la santé de votre cœur de façon naturelle grâce aux quatre produits du Heart Health Pack.

Le AIM CellSparc 360® fournit un supplément de coenzyme Q10 (CoQ10), un nutriment antioxydant essentiel à la production d'énergie, notamment dans les cellules cardiaques. Le AIMega® fournit les acides gras essentiels (AGE) qui aident à améliorer la circulation, à abaisser le mauvais cholestérol LDL et à réguler la tension artérielle. L'Extrait d'ail vieillissant™ Kyolic® de AIM contribue à la santé de la tension artérielle et des taux de cholestérol, à la prévention des caillots sanguins et à l'amélioration de la circulation. Le AIM FibreBalance® augmente l'apport de fibres bénéfiques pour le cœur, ce qui réduit le risque de cardiopathies et aide à abaisser les taux malsains de cholestérol ainsi que la tension artérielle.

### Daily Essentials™ Packs 1 et 2 90,00 \$, 3 et 4 94,00 \$ Économie de 5 \$ - 6 \$

On a tous besoin chaque jour de produits verts, de fibres et d'acides gras essentiels pour demeurer en bonne santé. Les Daily Essentials™ Packs de AIM facilitent la tâche et vous assurent un apport adéquat de ces trois éléments.

Vous profiterez de la nutrition alcalinisante fournie par les jeunes pousses d'orge en choisissant le AIM BarleyLife® ou le AIM BarleyLife® Xtra – qui renferme en plus quinze fruits et légumes. Les vertus dépuratives et détoxifiantes du AIM Herbal FiberBlend® ou du AIM FibreBalance® aident à maintenir la santé de l'appareil digestif. Les quatre Daily Essentials™ Packs comprennent tous du AIMega®, qui contient des acides gras essentiels (AGE) nécessaires pour chacune des cellules de l'organisme. Pratiquez la prévention en adoptant les Daily Essentials™.

Consultez le Bon de Commande et Liste de prix pour plus de détails sur les Trousses de base individuelles.

2 AIM Canada™ | Pour commander, appelez AIM au 1-800-933-4246



(1) 5568F et (2) 5569F 100 PV



5558F 78 PV



5559F 89 PV



(1) 5570F, (2) 5571F, (3) 5572F et (4) 5573F 78 PV



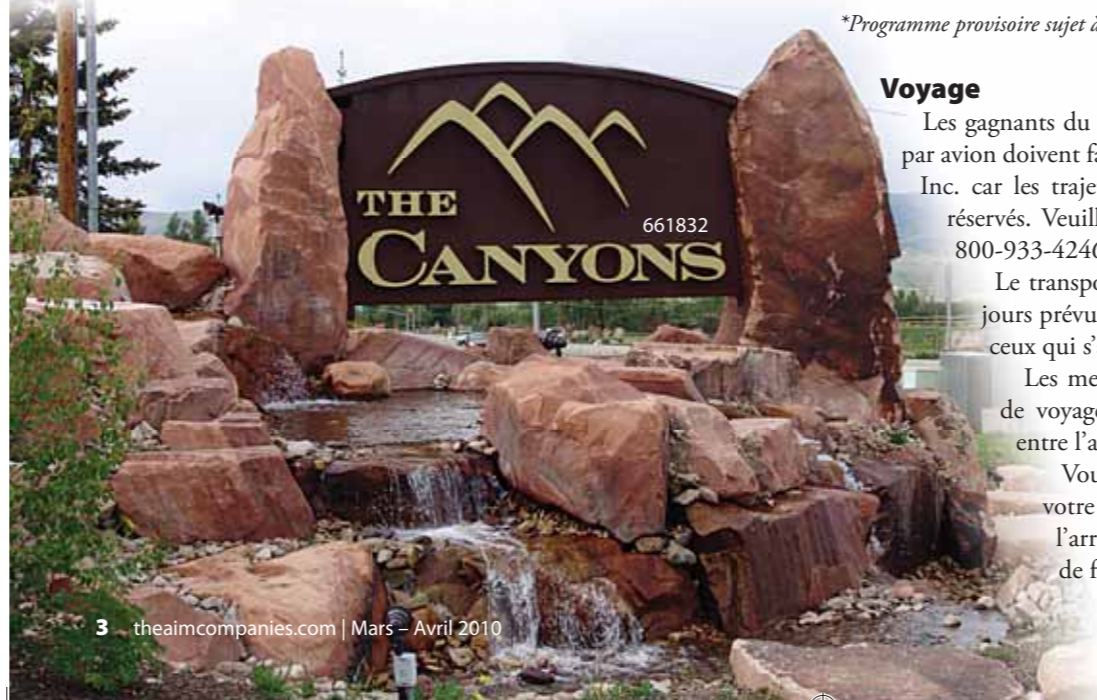
Ahhh, la beauté de Park City (Utah) – où l'été déroule ses belles journées ensoleillées et ses soirées douces et agréables! Maintenant que le concours *À la recherche de l'aventure?* est terminé, il est temps de vous inscrire au Congrès 2010 qui se tiendra à The Canyons Resort de Park City. Cette année, les festivités se tiendront du 7 au 11 juillet et les places sont limitées – ne tardez pas à réserver la vôtre et commencez à planifier votre voyage à Park City. À vous de décider si vous en profiterez pour vous détendre et lézarder au soleil, ou si vous participerez au tourbillon d'activités proposées par ce lieu de villégiature. À Park City, on voit la vie en rose et au Congrès 2010, on voit la vie ... EN VERT!

### Mercredi 7 juillet – Souper d'accueil

Les télécabines Flight of the Canyons vous emporteront à mi-chemin du sommet pour souper au Red Pine Lodge. Vous pourrez souper à l'intérieur en admirant le panorama époustouflant ou vous installer à l'extérieur pour profiter de l'air pur des montagnes. Quel que soit votre choix, vous passerez une soirée délicieuse qui vous laissera un souvenir inoubliable.

### Judi et vendredi – Séances générales

Dans la détente et la bonne humeur, vous découvrirez toutes les nouveautés relatives aux produits AIM et vous entendrez les témoignages étonnants d'autres membres de AIM. Nous nous pencherons sur les perfectionnements apportés au Régime de rémunération de AIM et vous aurez l'occasion d'apprendre les étapes de base qui vous permettront de développer votre commerce AIM. Vous examinerez de plus près le nouveau site Web corporatif de AIM et vous découvrirez les avantages que peut vous procurer votre propre site Web MyAIMStore.com. Les athlètes commandités par AIM nous



3 theaimcompanies.com | Mars – Avril 2010

## Soyez des nôtres à l'occasion du Congrès 2010 de AIM à Park City (Utah)

raconteront leurs expériences de l'année passée et divers membres nous feront part de leurs anecdotes. Vous verrez la vie ... EN VERT!

Vous serez libres en soirée pour pouvoir explorer toutes les attractions de Park City. La rue principale comporte une foule de boutiques et de restaurants, et les gens sont des plus accueillants. Le transport ne vous posera aucun problème : Park City offre un service de transport en commun GRATUIT qui vous emmènera partout. C'est aussi simple que ça et vous en serez ravis!

Les membres qui ont gagné un prix de niveau 4 avant le 31 décembre 2009 se rendront au Olympic Park le vendredi soir pour visiter le Eccles 2002 Olympic Winter Games Museum et le Alf Engen Ski Museum. Les gagnants et les membres de la direction souperont ensemble et auront l'occasion de visiter les expositions des deux musées. Vous pourrez même vous faire prendre en photo tenant la flamme des Jeux olympiques d'hiver de 2002! Le clou de la soirée sera un spectacle aérien acrobatique interprété par les Flying Aces. Il met en vedette des athlètes olympiques qui font des sauts de 50 pieds avant de plonger dans une piscine! Ce spectacle, qui est accompagné de musique et d'un commentaire professionnel, ne manque jamais de susciter l'enthousiasme.

### Samedi 10 juillet

Les membres auront toute la journée pour profiter des nombreuses activités de Park City. Magasinage, descente en eaux vives, randonnées, tyrolienne ou glissades alpines – tout est à proximité de l'hôtel. The Canyon Resort est aussi doté d'une belle piscine et d'un spa luxueux!

### Souper de gala et remise des prix

Pour clore cette semaine mémorable, nous vous invitons à un souper de gala et un programme de réjouissances sans pareil. Oui, vous verrez vraiment la vie ... EN VERT!

### Dimanche 11 juillet

Faites vos adieux à votre famille AIM et prenez le chemin du retour!

\*Programme provisoire sujet à changements sans préavis.

### Voyage

Les gagnants du concours dont le prix comprend un voyage par avion doivent faire leurs réservations chez Meeting Systems, Inc. car les trajets en avion ne sont pas automatiquement réservés. Veuillez communiquer avec Andrée Jobin au 1-800-933-4246 pour plus de détails.

Le transport entre l'aéroport et l'hôtel est gratuit aux jours prévus pour l'arrivée et le départ du congrès pour ceux qui s'adresseront à Meeting Systems, Inc.

Les membres qui s'adresseront à une autre agence de voyages devront organiser leur propre transport entre l'aéroport et l'hôtel.

Vous pouvez vous adresser à AIM pour acheter votre moyen de transport aux jours prévus pour l'arrivée et le départ du congrès (voir les options de forfaits).

### Transferts de prix

Les prix gagnés et non utilisés ne sont pas échangeables contre de l'argent mais ils sont transférables.

Vous pouvez transférer le prix que vous avez gagné dans le cadre du concours 2009 une fois seulement. Pour toute question au sujet des transferts, veuillez appeler Andrée Jobin au 1-800-933-4246.

### Dates limites d'inscription

La date limite des inscriptions est le lundi 31 mai 2010. Des frais de 50,00 \$ US/CAN par personne seront ajoutés à toute inscription postée après le lundi 31 mai 2010 (le cachet de la poste faisant foi). **Inscrivez-vous au plus tard le 30 avril pour économiser 40,00 \$.**

### Politique d'annulation

Les annulations faites au plus tard le lundi 31 mai 2010 seront soumises à des frais d'annulation de 50,00 \$ US/CAN.

### Hébergement à l'hôtel

L'hébergement est calculé à raison de deux personnes par chambre. Si vous préférez une chambre individuelle ou si vous serez accompagné d'invités ou de membres de votre famille, veuillez vous reporter aux options de forfaits du congrès pour les tarifs.

### Options de forfaits pour le congrès 2010 :

	US/CAN
Forfait complet du congrès (voyage non compris) Comprend 4 nuits d'hébergement en chambre double, souper d'accueil, 4 petits déjeuners et souper de gala. Les séances de jeudi et vendredi sont gratuites.	625,00 \$
Hôtel seulement (par personne en chambre double) Petits déjeuners non compris	370,00 \$
Supplément pour chambre individuelle	200,00 \$
Hébergement pour une seule nuit (par personne en chambre double)	92,00 \$
Forfait événements seulement (comprend 4 petits déjeuners)	285,00 \$
<b>ÉVÈNEMENTS INDIVIDUELS :</b>	
Souper d'accueil et programme (mercredi)	60,00 \$
Enfants de 12 ans et moins	30,00 \$
Séances de jeudi et vendredi (incluses gratuitement dans le forfait complet du congrès)	100,00 \$
Souper de gala (samedi)	65,00 \$
Enfants de 12 ans et moins	32,50 \$
Petits déjeuners (par jour – jeudi, vendredi, samedi, dimanche)	25,00 \$ chacun
Enfants de 12 ans et moins	12,50 \$ chacun
Transport entre l'aéroport et l'hôtel – aller simple	30,00 \$
aller et retour	60,00 \$
<b>TARIFS ENFANTS :</b>	
Repas – enfants de 12 ans et moins, demi-prix; enfants de 13 ans et plus, prix intégral.	
Hébergement – gratuit pour les enfants de 18 ans et moins partageant la chambre de leurs parents.	
Séances et ateliers – gratuits pour les enfants de 18 ans et moins.	

## atteignez le succès

### Promotions au titre de directeur

Novembre 2009  
Canada

**Amos et Elizabeth Bauman d'Elmira** (Ontario) se sont joints à AIM en avril 2004. Ils attribuent leur promotion au palier de Directeurs à la popularité des produits AIM, que les Bauman et leur ligne descendante apprécient à leur juste valeur.

**Michael Minder** de Richmond Hill (Ontario) est entré dans la famille AIM en septembre 2009 et a été promu au titre de Directeur en seulement deux mois.

**Len Twigg** d'Edmonton (Alberta) a commencé à utiliser les produits AIM en mai 2009. Sa santé s'est améliorée et il s'est mis à partager son témoignage avec d'autres personnes. L'humour et l'enthousiasme de Len ont joué un rôle déterminant dans le développement de son commerce AIM.

États-Unis  
**Miller, Glen et Laurie Weaver, Verba L. et Eli B. Yoder, Joe J. et Clara Yoder, Marilyn et Jerry**

Afrique du Sud  
**Tshabalala, Ruth**

### Promotions au titre de directeur

Décembre 2009  
États-Unis

**Lehman, Dennis P. et Su Etta Swartzentruber, Amos et Barbara B.**

### Pool de primes sur trois générations

Novembre 2009

Les participants ont gagné des primes allant de 387 \$ US à 2 656 \$ US.

Décembre 2009

Les participants ont gagné des primes allant de 359 \$ US à 1 855 \$ US.

### Pool de primes de croissance aux directeurs

Novembre 2009

311 membres ont gagné des parts d'une valeur de 174,44 \$ US chacune.

Décembre 2009

298 membres ont gagné des parts d'une valeur de 188,46 \$ US chacune.

### Primes au leadership d'élite

Novembre 2009

**Prime 2 étoiles**

Casey, Kevin A. É.-U.  
Knight, Connie et Steve É.-U.  
La Vie o/o Y & J. P. Holdings Afrique du Sud  
Natural Way travel et Tours LLC É.-U.  
Realities Dist. Serv. Inc. Canada  
Select Ventures É.-U.  
Swope, Mary Ruth É.-U.  
Van Rensburg, Chris et Joan Afrique du Sud

**Prime 4 étoiles**

Pauly, Janet et O'Ferrall É.-U.

**Prime 6 étoiles**

Kling, Carolyn et Jim É.-U.

Décembre 2009

**Prime 2 étoiles**

Casey, Kevin A. É.-U.  
Goertzen, Robert et Wilma É.-U.  
Knight, Connie et Steve É.-U.  
Pauly, Janet et O'Ferrall É.-U.  
Realities Dist. Serv. Inc. Canada  
Select Ventures É.-U.  
Van Rensburg, Chris et Joan Afrique du Sud

**Prime 4 étoiles**

Kling, Carolyn et Jim É.-U.

4 AIM Canada™ | Pour commander, appelez AIM au 1-800-933-4246

## L'opportunité **AIM** Votre Régime de rémunération

Grâce à l'amélioration des avantages du Régime de rémunération de AIM, il sera plus facile pour nos membres de développer leur commerce AIM et de communiquer cette opportunité de rémunération aux nouveaux membres potentiels. Les modifications apportées au régime, qui comprennent l'élimination des paliers de Conseiller en produits et de Directeur associé ainsi que l'addition de nouvelles primes et commissions, ont pour but d'encourager les membres à poursuivre le développement de leur commerce et de leur fournir un moyen plus rapide et plus simple d'atteindre la prospérité.

Comme c'est le cas pour tout changement, ces modifications ne manqueront pas de soulever des questions et Andrée Jobin, Conseillère en produits, est là pour vous aider. Andrée répond ci-dessous aux questions les plus courantes à propos du nouveau Régime de rémunération.

**Q : Si mon nouveau membre ne souhaite pas acheter une Trousse de base, peut-il quand même adhérer à AIM?**

**R :** Oui, il y a d'autres options d'adhésion en dehors de l'achat d'une Trousse de base. La première consiste à passer une première commande de produits d'un montant de 100 \$ ou plus (en dollars et non en PV) pour annuler les droits d'adhésion. Une autre option consiste à s'inscrire à l'AMR, soit le programme Automatic Monthly Reorder de AIM. L'AMR stipule une commande minimum de 50 \$ pendant trois mois de suite. Autrement, les nouveaux membres peuvent payer des droits d'adhésion de 20,00 \$ et acheter les produits de leur choix.

**Q : À titre de Membre privilégié, puis-je gagner une commission pour un membre de ma ligne descendante qui est aussi au palier de Membre privilégié?**

**R :** Oui, en vertu des dernières additions apportées au Régime de rémunération de AIM, un Bâilleur de groupe ou un Membre privilégié peut gagner une commission de 3 pour cent sur le Volume de groupe d'un membre de sa ligne descendante se trouvant au même palier et qu'il aura personnellement parrainé. Ce changement assure que vous recevrez une commission pour tous les membres de votre groupe, quel que soit leur titre.

**Q : Je suis actuellement Directeur associé (DA). Mon admissibilité aux commissions va-t-elle être affectée?**

**R :** Vous serez payé aux niveaux du Régime de rémunération récent, et vous recevrez de plus 3 pour cent pour tout autre Directeur associé de votre ligne descendante. Votre admissibilité demeurera à 150 PV et les conditions requises pour être promu Directeur demeureront les mêmes. Le nouveau Régime de rémunération ne comportera plus de promotion au titre de Directeur associé.

**Q : Quels changements ont été apportés aux conditions de renouvellement de l'adhésion à AIM?**

**R :** Tous les membres en dessous du titre de Directeur peuvent renouveler leur adhésion gratuitement en achetant des produits totalisant 200 points ou plus de Volume personnel (VP) au cours de l'année de leur adhésion. À partir du palier de Directeur et au-dessus, le renouvellement gratuit d'une adhésion exige 600 points ou plus de Volume personnel. Les membres peuvent aussi payer les frais de renouvellement de 20 \$ s'ils n'ont pas accumulé assez de points pour un renouvellement gratuit.

N.B. : dans le cas des nouveaux membres qui ont obtenu une adhésion gratuite grâce à leur première commande, les points accordés pour cette commande ne pourront être inclus dans le nombre de points requis pour le renouvellement de leur adhésion.

**Q : Quand mon chèque reflètera-t-il les nouveaux changements apportés aux gains en commissions?**

**R :** Votre chèque de commissions pour avril 2010 reflètera ces changements.

**Q : Est-ce que AIM va publier de nouveaux prospectus et autre documentation indiquant les modifications apportées au Régime de rémunération?**

**R :** Nous préparons actuellement un nouveau livret expliquant le Régime de rémunération; il sera à votre disposition et à celle de votre ligne descendante au printemps.

Pour plus de renseignements sur les modifications apportées au Régime de rémunération, veuillez communiquer avec **Andrée Jobin** au **1-800-933-4246**.



Pour visionner le nouveau Régime de rémunération de AIM, visitez le site WEB de AIM. Les modifications du Régime de rémunération entrent en vigueur le 1<sup>er</sup> mars.

## Offre spéciale de mars

Prenez soin de votre cœur ce mois-ci grâce au **AIM Heart Health Pack (5559F)**

AIM CellSparc 360® + AIMega® + Extrait d'ail vieillissant™ Kyolic® de AIM + AIM FibreBalance®

**Prix spécial de 106,00 \$**

Prix de gros courant 110 \$

Vous économiserez **4 \$** de plus et vous recevrez **94 PV!**



## Communiquez avec nous!

Voici pour vous l'occasion de faire des suggestions, de poser des questions, de partager des opinions et des témoignages.

Écrivez à : **AIM Canada**  
390 – 2025 West 42nd Avenue  
Vancouver (C.-B.)  
V6M 2B5

ou envoyez un courriel à [frenchservices@aimintl.com](mailto:frenchservices@aimintl.com) <mailto:frenchservices@aimintl.com>

Indiquez vos nom, adresse et numéro d'identité de membre AIM. Les photos ne seront retournées que sur demande expresse.

**Les services en français**  
Téléphone : **1-800-933-4246**  
Télécopieur : **1-866-263-1360**

**Courriel :**  
[frenchservices@aimintl.com](mailto:frenchservices@aimintl.com)  
Bureaux ouverts de 10 h à 18 h  
00 (HE) du lundi au vendredi

**Adresse :** AIM International,  
3923 E Flamingo Ave. Nampa,  
Idaho, 83687-3100, U.S.A.

**AIM Canada**  
Unit 1, 2827 St N.E., Calgary  
(Alberta) T2E 7K5

**Jour férié**  
Le siège social de AIM Canada™ et l'entrepôt de Calgary seront fermés le 2 avril pour le Vendredi saint.

## Offres spéciales d'avril

Appelez  
**Andrée Jobin** au  
**1-800-933-4246**

pour vous renseigner  
sur les  
**offres spéciales**  
que nous offrirons  
en avril.



**CONCOURS:**  
**un trésor caché**  
pour trois heureux gagnants

Trois numéros d'identité de membres ont été cachés un peu partout dans la brochure Bien Vivre pour les Partenaires AIM. Si vous trouvez le vôtre, appelez Andrée au **1-800-933-4246** pour recevoir **GRATUITEMENT un produit de votre choix** (à l'exclusion des Trousses de base ou des combinaisons réunissant plusieurs produits).

# Bien Vivre

Mars – Avril 2010

Pour les Partenaires AIM

Santé et prospérité

mars / mois national de la nutrition

## La nutrition des produits AIM pour renforcer le système immunitaire

Depuis la nuit des temps, dame Nature nous fournit tous les nutriments nécessaires pour entretenir notre santé. Toutefois, la nutrition de la vie moderne pose un problème très simple : les techniques de l'agriculture commerciale à grande échelle et la transformation des aliments pour les rendre plus pratiques et « prêts-à-manger » entraînent la perte d'une quantité excessive de nutriments.

Songez-y. Il y a seulement soixante-dix ans, les animaux de ferme étaient au pâturage et leurs aliments ne contenaient pas d'antibiotiques ni d'agents synthétiques non-antibiotiques. Les fruits et les légumes étaient cultivés dans des terres riches en minéraux sans l'emploi de pesticides chimiques synthétiques ni de modifications génétiques. Pour s'assurer des aliments de la même qualité aujourd'hui, on dispose de trois options : acheter des produits biologiques, cultiver ses propres aliments ou prendre des suppléments.

La supplémentation de l'alimentation à l'aide des produits de santé et des aliments complets concentrés naturels offerts par AIM est une solution saine pour compenser les aliments carencés en nutriments de notre époque. Et pour assurer à votre organisme la nutrition dont il a besoin, rien ne vaut les **AIM Daily Essentials™** : produits verts, acides gras essentiels et fibres.

### Les produits verts

Les aliments complets concentrés du **AIM BarleyLife®** ou du **AIM LeafGreens™** fournissent les vitamines, minéraux, enzymes, antioxydants, protéines et acides aminés nécessaires et procurent de plus les bienfaits des substances phytochimiques et de la chlorophylle – qui ont des propriétés anti-cancérogènes. La nutrition des produits AIM vous apporte une provision quotidienne d'aliments verts riches en nutriments qui aident à maintenir le pH alcalin de l'organisme et renforcent le système immunitaire.



### Les acides gras essentiels

Notre organisme est incapable de produire des acides gras essentiels (AGE) oméga 3 et 6, de sorte qu'ils doivent être fournis par l'alimentation. Le **AIMega®** fournit des AGE dans un mélange d'huiles biologiques de graines de lin, de sésame et de tournesol. Essentiels pour la santé cellulaire, les AGE jouent un rôle crucial dans de nombreuses fonctions physiologiques, parmi lesquelles la digestion des aliments, le transport et l'assimilation des nutriments, le réapprovisionnement en énergie, la lutte contre l'inflammation et la protection contre les maladies.

### Les fibres

Le fonctionnement optimal de l'organisme exige 26 à 35 grammes de fibres par jour. Le **AIM Herbal FiberBlend®** ou le **AIM FibreBalance®** soutiennent une alimentation riche en fibres. Les bienfaits des fibres pour la santé comprennent la diminution du mauvais cholestérol, la réduction du risque de cardiopathies et de certaines formes de cancer, la baisse de la tension artérielle, la maîtrise du poids, l'équilibre des taux de glycémie, l'amélioration de la fonction gastro-intestinale et la régularité intestinale. Les plantes dépuratives et détoxifiantes du **Herbal FiberBlend®** et du **FibreBalance®** contribuent à la santé de l'appareil digestif grâce à leurs propriétés antioxydantes, vermifuges et anti-inflammatoires.

Grâce aux suppléments AIM de qualité supérieure, il est possible de s'assurer une bonne nutrition en dépit des défis de la vie moderne. Un moyen très simple de commencer consiste à choisir l'un des ensembles Daily Essentials.