

JOURNAL DE VAPE

NHOSS

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Informations de suivi							
Date							
Heure							
Moment (matin / après-midi / soir)							
E-liquide (marque + nom)							
Consommation de e-liquide							
Saveur							
Ratio PG/VG							
Taux de nicotine (mg/ml)							
Type de nicotine (basique / sel de nicotine)							
Matériel utilisé (pod / box)							
Résistance (Ω)							
Puissance (W)							
Airflow (serré / moyen / ouvert)							
Nombre de puffs (estimé)							
Ressenti (hit / impression)							
Envie de cigarette (0-10)							
Observations (goût, fuites, irritation, etc.)							