

MAANDAG

	Wat?	Hoe laat?	Gelukt ?
Ontbijt			
Tussendoor			
Lunch			
Tussendoor			
Avond			
Tussendoor (eventueel)			

Ik neem vandaag de tijd voor mezelf om.....

.....

☐ gelukt?

DINSDAG

	Wat?	Hoe laat?	Gelukt ?
Ontbijt			
Tussendoor			
Lunch			
Tussendoor			
Avond			
Tussendoor (eventueel)			

Ik neem vandaag de tijd voor mezelf om.....

.....

☐ gelukt?

WOENSDAG

	Wat?	Hoe laat?	Gelukt ?
Ontbijt			
Tussendoor			
Lunch			
Tussendoor			
Avond			
Tussendoor (eventueel)			

Ik neem vandaag de tijd voor mezelf om.....

.....

☐ gelukt?

together we

EMPOWER

you

DONDERDAG

	Wat?	Hoe laat?	Gelukt ?
Ontbijt			
Tussendoor			
Lunch			
Tussendoor			
Avond			
Tussendoor (eventueel)			

Ik neem vandaag de tijd voor mezelf om.....

.....

.....

☐ gelukt?

VRIJDAG

	Wat?	Hoe laat?	Gelukt ?
Ontbijt			
Tussendoor			
Lunch			
Tussendoor			
Avond			
Tussendoor (eventueel)			

Ik neem vandaag de tijd voor mezelf om.....

.....

.....

☐ gelukt?

ZATERDAG

	Wat?	Hoe laat?	Gelukt ?
Ontbijt			
Tussendoor			
Lunch			
Tussendoor			
Avond			
Tussendoor (eventueel)			

Ik neem vandaag de tijd voor mezelf om.....

.....

.....

☐ gelukt?

together we

EMPOWER

you

ZONDAG

	Wat?	Hoe laat?	Gelukt ?
Ontbijt			
Tussendoor			
Lunch			
Tussendoor			
Avond			
Tussendoor (eventueel)			

Ik neem vandaag de tijd voor mezelf om.....

☐ gelukt?

