



Zelf liefde Planner

Fabienne Bering

Wat gaan we doen met deze Zelf liefde planner?

We gaan hier opschrijven

We gaan hier indelen wat wij elke dag gaan doen,
dus ook de alledaagse dingen die we moeten doen.

Ook

al zijn ze vaak niet zo leuk als de dingen die wij graag
doen.

Maar ook de dingen die wij willen doen en we gaan
onszelf de tijd geven voor de dingen die wij leuk
vinden

wat ons ons maakt. Hieronder een voorbeeld van één
halve dag in de week van mijn leven.

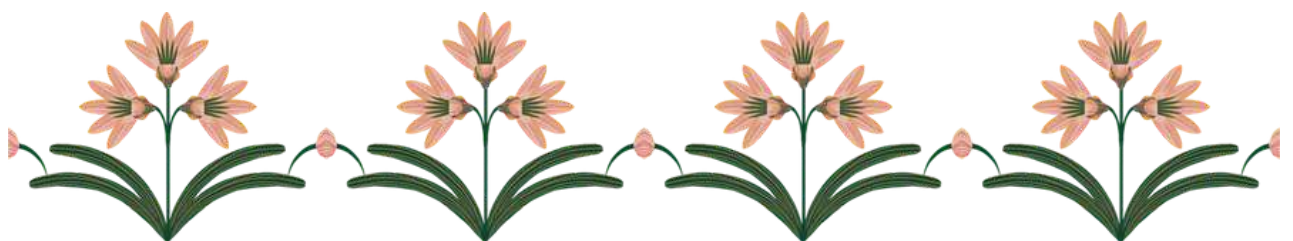
- 1 5:00 uur thee maken
- 2 5:10 huishouden doen
- 3 6:00 kinderen klaar maken voor school
- 4 7:00 kinderen ontbijten
- 5 8:00 Jaz naar school
- 6 8:15 de andere naar school
- 7 8:45 boodschappen doen en thuis uitpakken
- 8 9.30 Koken en eten (ik eet smorgens warm)
- 9 10:00 film kijken

De goede dingen

Wat kan beter

Hoe pakken
we dit aan!

Waar ben ik
dankbaar voor

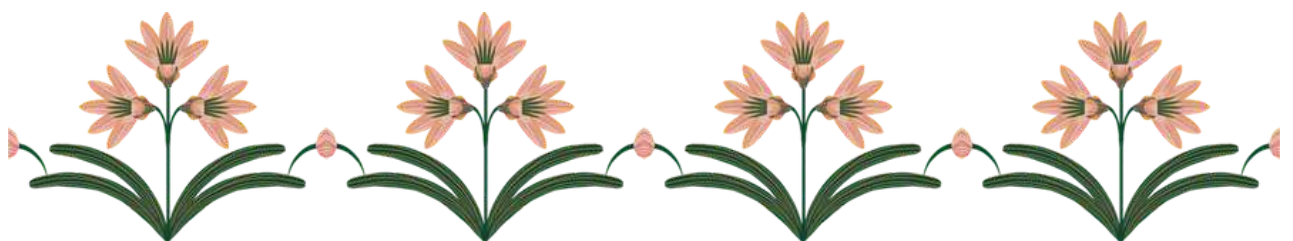


De goede dingen

Wat kan beter

Hoe pakken
we dit aan!

Waar ben ik
dankbaar voor





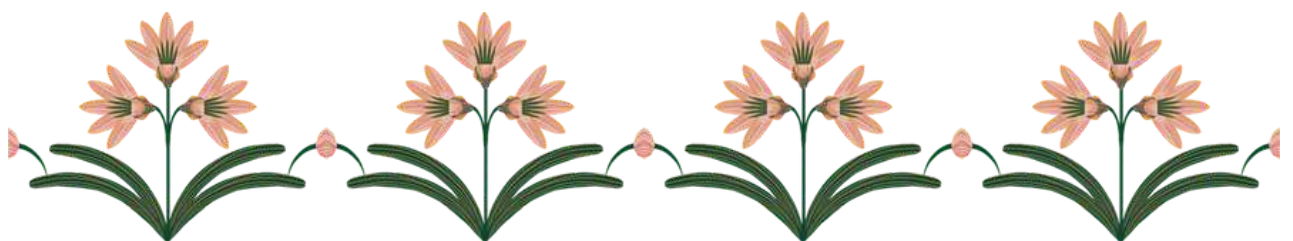
SELF
LOVE IS
THE BEST
LOVE

De goede dingen

Wat kan beter

Hoe pakken
we dit aan!

Waar ben ik
dankbaar voor



De goede dingen

Wat kan beter

Hoe pakken
we dit aan!

Waar ben ik
dankbaar voor

