

## Ochtendroutine

# GEEN GEMAAAR

Afvinkschema

Ik ga voor .... energieke ochtenden.

Ik kan dit! Ik wil dit! Ik geloof in mezelf!



**MA**

**DI**

**WO**

**DO**

**VR**

**ZA**

**ZO**

**01**

**02**

**03**

**04**

**05**

**06**

**07**

**08**

**09**

**10**

**11**

**12**

**13**

**14**

**15**

**16**

**17**

**18**

**19**

**20**

**21**

**22**

**23**

**24**

**25**

**26**

**27**

**28**

**29**

**30**

**31**

# GEEN GEMAAAR

welke maar jij deze maand NIET gaat gebruiken:

... maar ik heb geen tijd.

... maar het is koud buiten.

... maar mijn bed ligt zo lekker.

... maar ik heb geen zin.

**REPEAT AFTER  
ME:  
I CAN DO THIS!**

