

# Ingrid vd Bogaert

## Healthy Consults

### Uitzonderingenlijstje

Je kan de uitzonderingen precies omschrijven of je vult in waar je zin in kan hebben zoals iets zoets, hartig of drankje.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.
- 8.
- 9.

### Uitzonderingen planning

Vul de planning wekelijks opnieuw in. Wanneer je dat doet ben je bewuster van je uitzonderingen. En o ja....vergeet niet te genieten!

Maandag

Dinsdag

Woensdag

Donderdag

Vrijdag

Zaterdag

Zondag