


Spaardagboek



Een 30-daags begeleid dagboek



Tracker

Gemaakt met LoomJournals

Hoe gebruik je dit dagboek

Welkom bij je dagboek! Hier zijn een paar tips om er het maximale uit te halen:

- 1 Reserveer elke dag een paar minuten om te schrijven
- 2 Wees eerlijk en schrijf vrijuit zonder oordeel
- 3 Probeer elke dag op hetzelfde moment te schrijven om een gewoonte op te bouwen
- 4 Bekijk je aantekeningen wekelijks om patronen te ontdekken



Scan voor een gedetailleerde handleiding over het gebruik van dit dagboek

Spaardagboek

Datum: _____

	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
Spaardoel	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Vandaag gespaard bedrag	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Totaal gespaard	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Spaarserie	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Budget aangehouden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Notities

Spaardagboek

Datum: _____

	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
Spaardoel	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Vandaag gespaard bedrag	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Totaal gespaard	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Spaarserie	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Budget aangehouden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Notities

Spaardagboek

Datum: _____

	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
Spaardoel	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Vandaag gespaard bedrag	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Totaal gespaard	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Spaarserie	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Budget aangehouden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Notities

Spaardagboek

Datum: _____

	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
Spaardoel	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Vandaag gespaard bedrag	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Totaal gespaard	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Spaarserie	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Budget aangehouden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Notities

Spaardagboek

Datum: _____

	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
Spaardoel	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Vandaag gespaard bedrag	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Totaal gespaard	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Spaarserie	_____	_____	_____	_____	_____	_____	_____
Budget aangehouden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Notities
