



MIJN 24 VOOR 24





# MIJN 24 VOOR 24

Naar een idee van Gretchen Rubin (van de Happier Podcast).  
24 dingen die je in 2024 wilt doen om je gelukkiger, gezonder,  
productiever of creatiever te laten voelen. Leuke dingen dus.  
Dingen waar je echt zin in hebt!

Denk bijvoorbeeld aan:

- een halve marathon lopen (of 10km, of 5...);
- professionele foto's laten maken;
- een weekendje weg met je lief (of 2 of 3...);
- een weekje alleen weg;
- je werkkamer opruimen;
- je douche een opknapbeurt geven;
- een fotografiecursus volgen, of een schildercursus, of...;
- drie keer uitgebreid koken voor vrienden;
- ...

Nog wat tips:

- maak het concreet;
- bedenk er bijvoorbeeld 24 rond jouw woord van het jaar;
- verdeel ze over een aantal door jou gekozen thema's (bijv. werk, familie, ...);
- hang de lijst op in het zicht zodat je er regelmatig aan herinnerd wordt;
- kies makkelijke en ook wat meer uitdagende dingen.

# Mijn 24 voor 24

---

**1**

---

**2**

---

**3**

---

**4**

---

**5**

---

**6**

---



**7**

---

**8**

---

# Mijn 24 voor 24

---

**9**

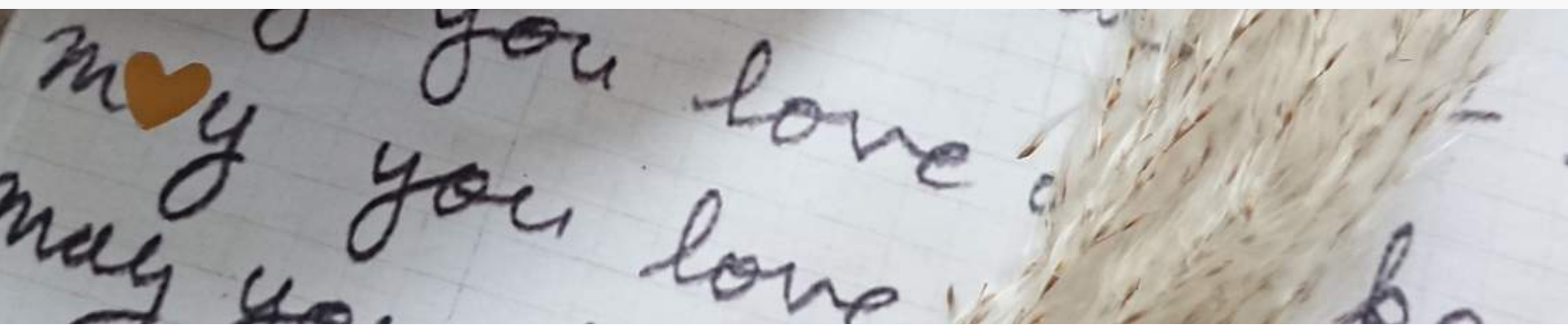
**10**

**11**

**12**

**13**

**14**



**15**

**16**

# Mijn 24 voor 24

---

**17**

**18**

**19**

**20**

**21**

**22**



**23**

**24**