

# Activiteitenformulier en stemmingmeter

Dagdeel en datum	Activiteit (P/ B) *	Stemming **
Ochtend		
Middag		
Avond		
Ochtend		
Middag		
Avond		
Ochtend		
Middag		
Avond		
Ochtend		
Middag		
Avond		

\* Noteer achter de activiteit hoe *plezierig* deze was (P-score 0-10; 0 = helemaal niet plezierig, 10 = erg plezierig) en hoe goed je *in staat was* de activiteit *uit te voeren* (B-score 0-10; 0 = helemaal niet bekwaam, 10 = uiterst bekwaam)

\*\* Noteer per dagdeel je stemming (0-10; 0 = heel erg somber, 10 = heel erg blij/ eufoor)