

French House Cosmetics
Ultra Cosmetics

Thuiswerk dag schema

Start van de werkdag Werk in blokken van 25 minuten. Neem dan korte pauze van 5 minuten. Na 4 blokken van 25 minuten een langere pauze van 30 minuten.			
TIJD	BLOK	Taak	DONE
	Blok 1		
	Blok 2		
	Blok 3		
	Blok 4		
Pauze 30 minuten. Doe iets leuks voor jezelf!			
	Blok 5		
	Blok 6		
	Blok 7		
	Blok 8		
Pauze, 30 minuten. Doe iets leuks met je huisgenoten			
	Blok 9		
	Blok 10		
	Blok 11		
	Blok 12		
Pauze, 30 minuten. Ga even in de tuin zitten met een goed boek			
	Blok 13		
	Blok 14		
	Blok 15		
	Blok 16		