














































































Hoeveel heb ik vandaag gedronken?

Volwassenen actief

Dag van de week	Aantal glazen										
Maandag											
Dinsdag:											
Woensdag											
Donderdag:											
Vrijdag											
Zaterdag											
Zondag											

Iedere keer dat je een glas water drinkt, streep je er eentje door.