

Weekkaart		
Ik begin met bijhouden op: 	Aantal drankjes:	Omstandigheden (gevoel, waar, met wie) waarbij ik vond dat ik teveel dronk.
Maandag		
Dinsdag		
Woensdag		
Donderdag		
Vrijdag		
Zaterdag		
Zondag		
Samenvatting/totaal		