


IKPAS ... maar waarom pas ik?

Waarom doe jij mee met IkPas?

Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
					1 <small>Ontvang deel 1</small>	2
3	4	5	6	7	8 <small>Ontvang deel 2</small>	9
10	11	12	13	14	15 <small>Ontvang deel 3</small>	16
17	18	19	20	21	22 <small>Ontvang deel 4</small>	23
24	25	26	27	28	29 <small>Ontvang deel 5</small>	30
31 						

Welke voordelen brengt het jou om alcoholvrij te leven? (noem er zoveel mogelijk!)

Plak hier één of meerdere foto's die jou helpen te visualiseren waarom je alcoholvrij wilt blijven

Ik beloof mezelf om heel januari nuchter te blijven van alcohol.

Handtekening: