

week x: woensdag – 26 February 2014 11:09

- datum: eventjes geen flauw idee
- opgestaan: nou ik ga over 2 minuten mn bed uit, douchen etc. en proberen weer te functioneren :p
- medicijnen: yeah sure
- bezigheden: misschien mee naar de dierenarts voor Simba's inenting maaar bezoek afgebeld.
- aantal sigaretten: gister 1, vandaag nog geen n.
- gaan slapen+extra: laat in de avond/nacht. gister had ik een paniekaanval geloof ik, vraag maar aan mama. Ik vind dat jullie even moeten bellen als je wil weten wat er gebeurde, ik ben hier niet zo goed in.

Pap dit moet je even lezen: fok & moeilijk

periode I – uit triversum

week 1 – 26 January 2014 00:26

- datum: 25/01/2014
- opgestaan: 9.30 ongeveer
- medicijnen: done
- bezigheden: om half een naar de kapper geweest :) toen primark, leuke dag
- aantal sigaretten: 4, echt
- gaan slapen: over 2 minuten, ik lig in bed, alles uit, alleen nog even terugmailen ;)
- extra: voorbereiden op school & nu mn best doen

27 January 2014 23:16

- datum: 27/01/14
- opgestaan: 05.18 , tja vreemd he..
- medicijnen: yep of course
- bezigheden: 7.10 bushalte, school :), 13.30 gesprek, ging super goed!! ze gunnen me dat ik mee door kan gaan naar de 10e klas, en we gaan knokken (met wss bijles) voor vwo! daarna heeft mama me naar p'end gebracht want we hadden nederlands uitval. toen vanaf 19.45 anderhalf uur periodehuiswerk. net even een down maar het blijft een 'breakthrough'.
- aantal sigaretten: 4
- gaan slapen: over 2 minuten. hoop dat ik snel inslaap. heb valeriaanpillen ofzo, van de apotheek, tegen onrust, net zoiets als melathonine
- extra: komt goed :D

dinsdag 28/01/2014 23:20

- datum: ... 28/01/13
- opgestaan: 6.30
- medicijnen: yes
- bezigheden: school, thuis, huiswerkhuiswerk
- aantal sigaretten: 4 weer
- gaan slapen: over 3 minuten
- extra: kan je vrijdag om 4 uur bij starbucks centraal?

donderdag 30/01/2014 22:33

- datum: 30 januari
- opgestaan: 10.51
- medicijnen: jaja
- bezigheden: bagels & beans met vriendinnen en stad en huiswerk
- aantal sigaretten: 5 geloof ik
- gaan slapen: ik lig in mn bed
- extra: ik spreek je morgen okey?

week 2 – zondag 02 February 2014 23:26

- datum: ... 2 februari
- opgestaan: 8.45
- medicijnen: jazeker
- bezigheden: naar amsterdam om ruzie uit te praten met vriendin (is weer goed) en nog even chillen met rosa bij mariska
- aantal sigaretten: 5
- gaan slapen: strakjes, half 12
- extra: morgen gesprekken op school. hoe wil je dat doen met die 5 euro? bedankt trouwens!! Welterusten, spreek je morgen wel xx

woensdag 05 February 2014 21:33

Vandaag maak ik er een verhaaltje van!

Ik rook even het laatste trekje van mn 3e & laatste peuk op onder mn paraplu en ga dan tandenpoetsen en naar mn bedje. Vandaag begon om 6.40u, naar school en de rest weet je al. Fijn je gesproken te hebben (weer intrekken bij mama samen met een hondje en lekker endorfine aanmaken! CM profiel vwo,) en ik spreek je maandag verder! Slaaplekker! X

En mn medicijnen natuurlijk ingenomen, like always.