

My weekly 5

Max was heerlijk aan het heen en weer hollen met zijn muziekever. Wat had hij een lol ermee. Dit maakt mij dan ook weer super vrolijk, als hij zo lekker aan het spelen is.



Een bordje gezonde dingetjes voor mijn mannetje, maar niet alleen voor hem. Want ook ik doe nu echt elke dag met hem mee. Lekker een stuk fruit eten terwijl hij ook lekker aan het smikkelen is. Heb echt een hele tijd gehad dat ik hem wel fruit gaf en ik er zelf gewoon bij ging zitten zonder iets van fruit te eten. Maar nu ik bij de healt coach kom van Lentis, gaan we in kleine stapjes werken naar weer een gezonder ritme in mijn leven. En dit is de eerste kleine stap. Elke dag samen

met Max fruit eten. Dit doe ik ook gewoon vaak als hij niet aanwezig is. De weekenden zijn vaak wel iets lastiger.



Heerlijk dat ondeugende bekkie van Max, hier kan ik zo erg van genieten. Mijn pretbekkie.



Dan maar even naar buiten, wandelen want ook dat is wel eens nodig voor een kind om frisse neus te halen. Door hem kom ik vaker buiten dan ik zelf zou doen zonder hem. Dus wat is hij goed voor mij dat ik dingen doe met hem waar ik zelf weinig behoefde aan heb. Maar voor hem doe ik alles.



Doen jullie ook regelmatig dingen voor je kinderen waar jezelf niet zo de behoefde voor voelt?