

~~Weekly Diary 25~~

[social_share]



~~Weekly Diary~~

Follow me on instagram [nabami4u](#)

Heb weer voor jullie een Weekly Diary, en ja een dag te laat maar ben ook het hele weekend niet thuis geweest. En toen ik zondag avond thuis kwam was ik zo moe dat ik alleen nog maar wat heb gegeten, lekker onder de douche ben geweest en daarna heerlijk schoon op bed tv gekeken heb.

Zondag 16-06-2013

Een echte zondag, dus niks doen



S,avonds lekker wat pinda,s eten, en ja zonder zout dan zijn ze het gezonds natuurlijk.



Echt ik ben zo verliefd op dit soort plaatjes die luchten geweldig gewoon.

Maandag 17-06-2013

Weekend is alweer om dus er moet weer gewerkt worden.



Lekker brood met ei, onder 1 ervan had ik sandwichspread gedaan ook erg lekker.

Dinsdag 18-06-2013



Mijn ontbijt bestond uit een yoghurt bananen kersen smoothie. Het was zo lekker weer vandaag, heerlijk op de kinderboerderij. Met de warmte moet je wel wat rustiger aan doen maar zo lekker om dan buiten te zijn.



Mijn tussendoortje at ik lekker buiten op de kinderboerderij op... Komkommer en een glas water.



Ondertussen maakte ik een hoop foto,s van onze boerderij kat Dropje, waar ik een collage van maakte.



En s,middags maakte ik 2 pistooltjes met pitjeskaas.



Ik maakte een facebook pagina aan voor Day-dreamer.nl --> Like als je wilt

S,avonds kwam Bert op het idee om nog even een wandeling te gaan maken, ja nu het lekker weer is moet je er ook van genieten. Het weer slaat namelijk zo snel om, helaas. Dus zijn we een stukje gaan lopen en wat foto,s gemaakt. We hadden het zo warm dat we voordat we naar huis gingen even nog langs de snackbar zijn gelopen om een beker softijs te eten. Niet zo gezond maar wel erg lekker met die warmte.



En ik sluit deze dag met deze mooie foto, omdat het zo,n heerlijke dag was.

Woensdag 19-06-2013

Me laatste 2 uurtjes werken deze week.



Ik begon mijn lunch met een gezonde salade, at nog wel 2 pistooltjes erbij.



S,middags een heerlijke joker, deze muffin die ik kocht bij de lidle ze zijn echt zo super lekker.



Fruitsalade eten als avond eten, heerlijk zomers... Daarbij aten we een heerlijk stukje kipfilet.

En s,avonds heerlijk naar de sportschool geweest. Ben weer een stapje verder gegaan, ik wilde al weken vragen of ze me wilde helpen om van de angst af te komen om te gaan hardlopen en nu heb ik het dan ook echt gevraagd. Anna de begeleider op dat moment ging naast me staan en begon eerst op level 5 te lopen, na zo,n 2 minuten zette ze hem op 6 zo dat was even stevig doorstappen. Toen zette ze hem op 7,5 en moest ik echt gaan hardlopen. Wauw ik deed het gewoon, ik vond het wel eng hoor maar heb de hele minuut volgehouden. Heb in totaal 3x 1 minuut hardgelopen. De rest heb ik gewoon op level 5 afgemaakt. Wat ben ik trots op mezelf dat ik het heb gedaan, de volgende keer zal ik vast weer even hulp vragen te onzeker nog om het alleen te doen. Ik voelde me zo super goed erna.

Donderdag 20-06-2013

Had ik een afspraak in de stad, daarna nog even de stad doorgelopen. Wat gegeten daar en boodschappen gedaan. Daarna lekker naar huis met de bus. En heb ik thuis nog even een was gedraaid en opgehangen.



Ja heerlijk eindelijk de aardbeien waren in de aanbieding en daarom nam ik gelijk een doos mee. Ik at ze samen met de overgebleven kersen. Genieten!!!



Heerlijk relax tv kijken deze avond.

Vrijdag 21-06-2013

Lekker uitgeslapen vandaag, dus vrij laat een ontbijtje gegeten waardoor ik s,middags vergat te eten... Nou ja ik dacht er pas om half 2 aan, inmiddels pas om 2 uur gegeten. Ondertussen heb ik vandaag even de wc schoongemaakt, en toen Bert thuis kwam zijn we gelijk door gegaan naar de winkel om de weekend boodschappen te doen.

Zaterdag 22-06-2013

Een hele lange gezellige vermoeiende dag vandaag, ik was om 7:00 uit bed en ging pas om 01:00 ofzo naar bed. Ik had met mijn vriendin afgesproken in Rotterdam, we zijn naar de Primark geweest voor de eerste keer.



We hebben lekker veel bijgekletst, het was echt super gezellig. Na een dagje Rotterdam, naar haar huis gegaan in Den Haag. Even opfrissen en weer op weg naar Scheveningen, daar hebben we heerlijk gegeten bij Binky Beer. En nog even uitgewaaid op de boulevard. Bij haar thuis nog een film gekeken, terwijl ik half in slaap viel. Mijn vriendin is dus wel in die tussentijd zo'n 4a5 keer in slaap gevallen. Daarna zijn we maar naar bed gegaan.

Hier zal nog een uitgebreidere blog over komen, wat het was zo'n gezellig leuk druk weekend dat ik daar een hele blog over wil weiden. Dat houd ook in dat er mee foto,s dan ook volgen van dit weekend.

Hebben jullie ook zo'n heerlijk weekend gehad?