|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **aantal** | **tijd** | **waar** | **waarom, gevoel** | **met wie** | **zin** | **effect** |
|  |  |  |  |  |  |  |

**Rookdagboek van   
Hoeveel, waar, waarom en met wie rook ik eigenlijk?   
Dag:   
Eerste sigaret:**

**Vervelendste moment van de dag:**

**Leukste moment van de dag:**