

# SMART Doelen Planner

Verander een vaag voornemen in een duidelijke volgende stap

## MIJN DOEL:

---

---

**S** **Specifiek**  
Wat ga ik precies doen?

---

---

**M** **Meetbaar**  
Hoe weet ik dat ik het heb gedaan?

---

---

**A** **Haalbaar**  
Wat maakt dit nu realistisch?

---

---

**R** **Relevant**  
Waarom is dit belangrijk voor mij?

---

---

**T** **Tijdsgebonden**  
Wanneer begin of eindig ik?

---

---

## EERSTE STAP PLAN

Kleinste volgende stap:

---

---

Steun of herinnering die ik gebruik:

---

---