

tijd	wat gaan we doen?	let op:
07:00	plas en 10 min wandel/spelen	<i>zodra ze wakker wordt naar buiten</i>
08:00	plas (niet wandelen)	<i>til naar plek waar zij mag en wacht 5 min mag zelf terug lopen niks gedaan; na 10 min opnieuw</i>
08:20	1e maal	<i>Als ze rustig is geef je haar eten</i>
	...5 min later	<i>in bench leggen om te slapen laten rusten tot 10:00</i>
10:00	plas en 10 min wandel/spelen	<i>wacht tot ze zelf wakker wordt dan direct naar buiten om te plas/poep wandelen 10 min spelen</i>
12:00	Plas (niet wandelen)	<i>mag wel zelf terug lopen</i>
12:30	2e maal	<i>zodra ze rustiger is en ergens gaat liggen roepen en eten geven</i>
	...5 min later	<i>in de bench leggen zodat ze kan slapen</i>
14:30	plas en 10 min wandel/spelen	<i>zodra ze wakker wordt; naar buiten als ze in slaap valt; in de bench leggen</i>
16:30	plas (niet wandelen)	<i>wacht tot ze wakker wordt naar uitlaatplek tillen en 5 min wachten</i>
17:00	3e maal	<i>zodra ze rustiger is en ergens gaat liggen; roepen en eten geven</i>
	...5 min later	<i>in de bench leggen zodat ze kan slapen</i>
18:30	plas en 10 min wandel/spelen	<i>wacht tot ze zelf wakker wordt dan direct naar buiten om te plas/poep en 10 min wandel</i>
20:30	plas (niet wandelen)	<i>wacht tot ze wakker wordt naar uitlaatplek tillen en 5 min wachten</i>
21:15	4e maal	<i>zodra ze rustiger is en ergens gaat liggen: roepen en eten geven</i>
	...5 min later	<i>naar bench brengen zodat ze kan slapen</i>
23:20	plas (niet wandelen)	<i>wacht tot ze wakker wordt naar uitlaatplek tillen en 5 min wachten</i>
23:30	Slapen	<i>als ze snachts gaat woelen of draaien of piepen; naar buiten</i>