

Logboek tijdschrijven

Instructie: Noteer gedurende **drie dagen**, zo gedetailleerd mogelijk, de volgende zaken: Begin- en eindtijd van iedere nieuwe activiteit, de soort activiteit en eventuele bijzonderheden. Dit is inclusief de koffiepauzes, toiletbezoek en boodschappen doen. Noteer ook ongeplande activiteiten, zoals een telefoontje tussendoor of een probleem met de printer. Bepaal aan het eind van de dag in welk kwadrant van de tijdmatrix een activiteit volgens jou valt (zie analyse).

Datum:

Tijd	Activiteit	Opmerking	Matrix



Datum:

Tijd	Activiteit	Opmerking

