



Probleemaanpak

1. **Stel het probleem vast**
Hoe krijg ik zware boodschappen mee naar huis?
2. **Maak een lijst van mogelijke oplossingen**
 - aan je partner vragen
 - wat vaker boodschappen doen
 - thuis laten bezorgen
3. **Kies een oplossing uit**
4. **Probeer deze keuze uit**
5. **Stel het resultaat vast**
6. **Kies zo nodig een andere oplossing uit**
7. **Gebruik ook andere hulpbronnen**
Vraag vrienden of familie ideeën aan te dragen als jouw oplossingen niet zo goed werken.

Of aanvaard dat het probleem misschien niet nú is op te lossen.