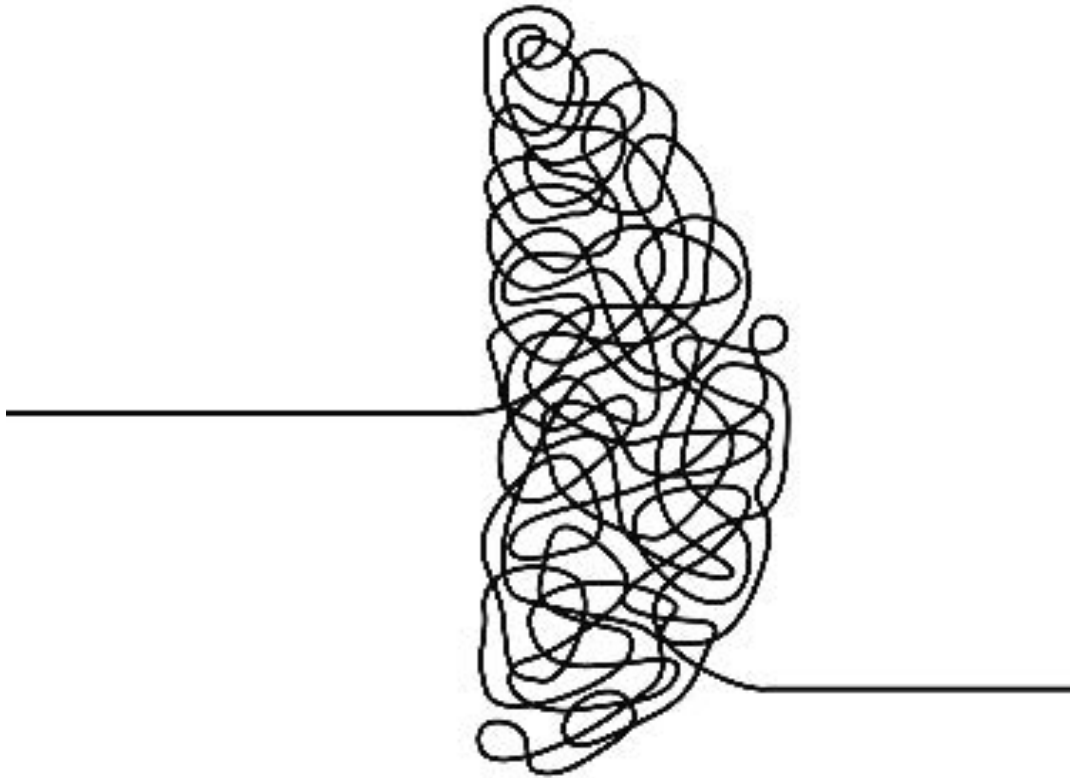


## Focus TRIGGERS

Observeer één volledige dag het aantal keer dat je wordt onderbroken tijdens je werk. Wat merk je op? Wat zijn de triggers die jouw focus afleiden of onderbreken?



### FOCUS TRIGGERS

Welke afleiding merk je op?