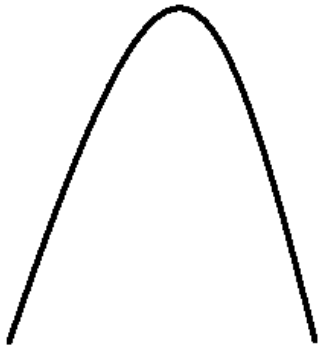


## Luisteren naar je plas

Teken een keer per dag een plas. Zorg dat je extra op de houding en de ontspanning let. Luister goed.. Teken de plas die het meeste lijkt op de plas die je hoort. Kijk naar het voorbeeld hieronder.



**Superplas**

**Krachtig en in één keer**



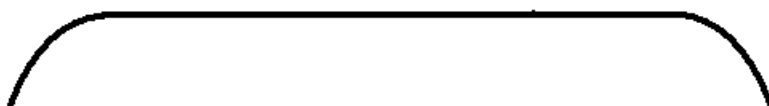
**Bodybuilder**

**Kamelenplas**



**Persen**

**Mollenplas**



**Langzaam**

**Slakkenplas**

**en zacht**