

HET BUCKETLIST BOEK

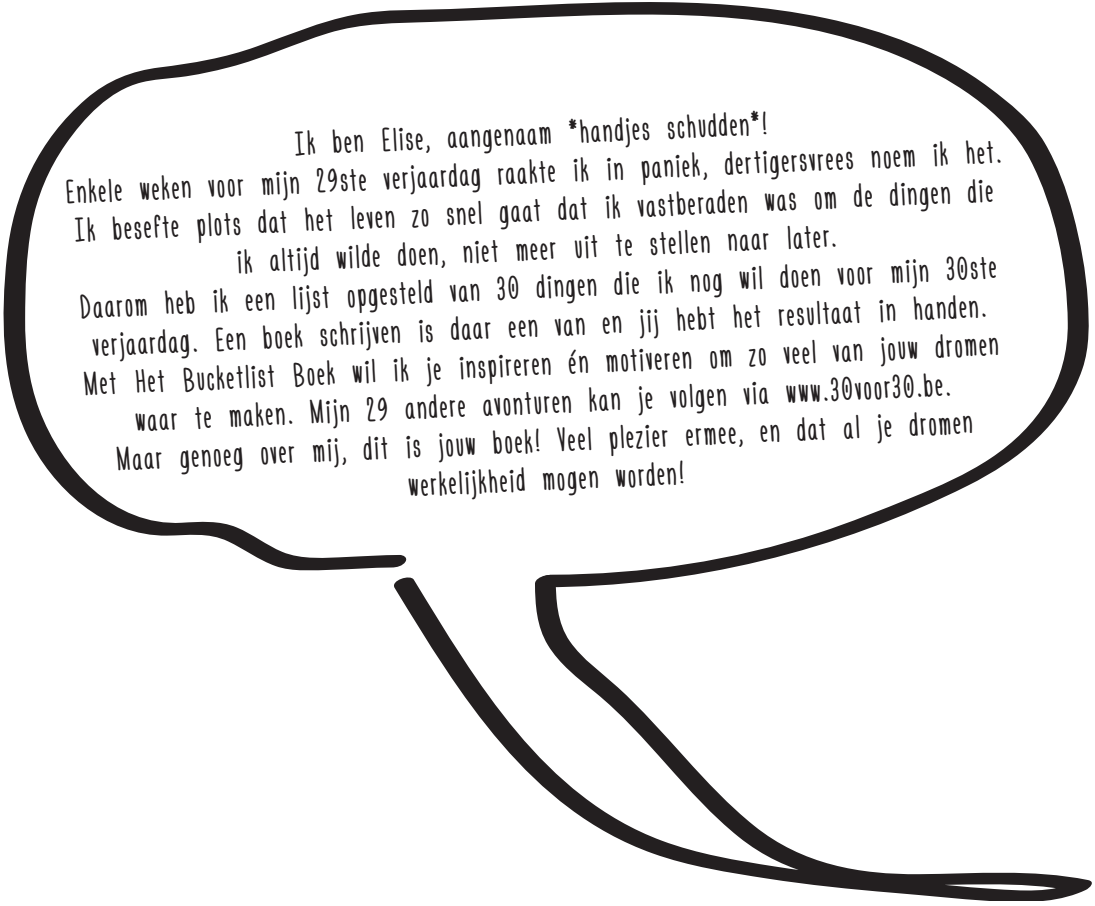
— het —
BUCKET
LIST

ee boek ee

500 dingen

die je
gedaan **moet** hebben


ELISE DE RIJCK



Ik ben Elise, aangenaam *handjes schudden*!
Enkele weken voor mijn 29ste verjaardag raakte ik in paniek, dertigersvrees noem ik het.
Ik besepte plots dat het leven zo snel gaat dat ik vastberaden was om de dingen die
ik altijd wilde doen, niet meer uit te stellen naar later.
Daarom heb ik een lijst opgesteld van 30 dingen die ik nog wil doen voor mijn 30ste
verjaardag. Een boek schrijven is daar een van en jij hebt het resultaat in handen.
Met Het Bucketlist Boek wil ik je inspireren én motiveren om zo veel van jouw dromen
waar te maken. Mijn 29 andere avonturen kan je volgen via www.30voor30.be.
Maar genoeg over mij, dit is jouw boek! Veel plezier ermee, en dat al je dromen
werkelijkheid mogen worden!

Dit boek zal je leven veranderen, echt waar. Geen paniek, het is geen zelfhulpboek en je zal niet overspoeld worden met filosofische levensvragen. Maar van dit boek ga je dansen in de regen, het laat je in bomen klimmen, levens redden en de wereld zien. Je wordt er slimmer door en met een beetje geluk krijg je er zelfs een topconditie van en komen al je dromen uit.

Toegegeven, dat is misschien niet helemaal waar. De enige persoon die je dromen kan waarmaken ben jij! Maar het geeft je wel een duwtje in de rug. We hebben allemaal dromen die door een drukke levensstijl nog niet zijn uitgekomen. Dingen die we uitstellen naar later omdat het nu te druk is. Maar wat als dit later is? (Oops, filosofische levensvraag!). Laten we 'ooit', 'later' en 'als' even schrappen uit ons woordenboek en leven in het nu. Dit boek helpt je op weg met 500 ideeën die je leven verrijken.



Ik daag je uit om al die dingen te doen of toch degene die jij leuk vindt, want het is jouw leven. Er zijn geen spelregels en er staat geen tijdslimiet op. Vanaf pagina 163 is er plaats voorzien voor jouw persoonlijke doelen en om jouw droomleven te ontwerpen. Je vindt er vijf tips die je helpen de perfecte bucketlist op te stellen.

Ben je klaar voor nieuwe avonturen? Ready, set, go!

Deel je ervaringen via Instagram, Facebook of Twitter met de hashtag #abucketlistlife. Dat kan een motiverende quote zijn, een foto van jezelf terwijl je een van de uitdagingen uit dit boek aangaat of een foto van dat tropische eiland dat je al lang eens wilde bezoeken.

Op www.abucketlistlife.com kan je je laten inspireren door foto's van anderen.

stop dreaming,
start doing!

TODAY IS THE
YOUNGEST
you'll ever be.
SO IF NOT NOW, WHEN...

1. Een bucketList maken. Proficiat, je eerste item is al aangevinkt. Doe zo voort!

2. MET EEN HOND GAAN WANDELEN. OF MET EEN KAT,
EEN KONIJN OF EEN GOUDVIS.

Als dat laatste je lukt, wil ik daar graag het bewijs van zien! #bucketlistlife

Een liefdesbrief schrijven of er een ontvangen.

3.

Aan..... / Van

Love you
x forever

4. In de regen dansen.

Like nobody's watching!

5. Een concert van

Vul hier je favoriete artiest/band in.

bijwonen. En op de eerste rij staan.

6. EEN VOEDSELGEVECHT HOUDEN.

ALS JE HET LIEVER WAT NETTER HOUDT IN DE KEUKEN, GELDT EEN SNEEUWBALLENGEVCHT

EEN WATERGEVECHT OF EEN MODDERGEVECHT OOK.

BEN JE ÉCHT GEEN WAAGHALS (OF ZELFS EEN BEETJE SAAI) DAN WORDT EEN KUSSENGEVCHT OOK GOEDGEKEURD.

7. Op een podium staan en een staande ovatie krijgen. Applaus!

8. Met een tandem fietsen.

9. Een vuurtje stoken.

Buiten! Je wilt je huis immers niet in rook laten opgaan.

10. 10 HOOFDSTEDEN BEZOEKEN, WANT JE BENT EEN MAN/VROUW VAN DE WERELD!

11. Je grootste angst overwinnen:

Want je bent toch geen mietje?!

12. De ZON zien zakken in de zee.

Nu zit je 3 dagen met dit liedje in je hoofd. Alvast mijn excuses!

Met Je blote voeten in het gras Lopen. 13.

Opletten voor hondendrollen!



JE EERSTE GRIJZE HAAR UITTREKKEN. JE BENT ... JAAR JONG! 14.



(JA, JE ZIET HET GOED! HIER IS RUIMTE OPEN GELATEN OM DIE GRIJZE HAAR OP TE PLAKKEN; JAKKES!)

15. OP 'BLIND DATE' GAAN. (DIT WORDT STERK AFGERADEN ALS JE EEN RELATIE HEBT!)

16. EEN OVERDOSIS _____ ETEN.

AANRADER: SNOEP, CHOCOLADE OF POPCORN.

AFRADER: CHILIPEPERS (OH, DE DAY AFTER) EN LOOK, VOORAL ALS JE NOG NAAR DIE BLIND DATE MOET.

17.

Je kleinkinderen zien opgroeien.

Maar eerst mama papa worden.

Proficiat!

18.

19.

Een (mensen)leven redden. Spannend! Hoe voelt het om een held te zijn?

20.

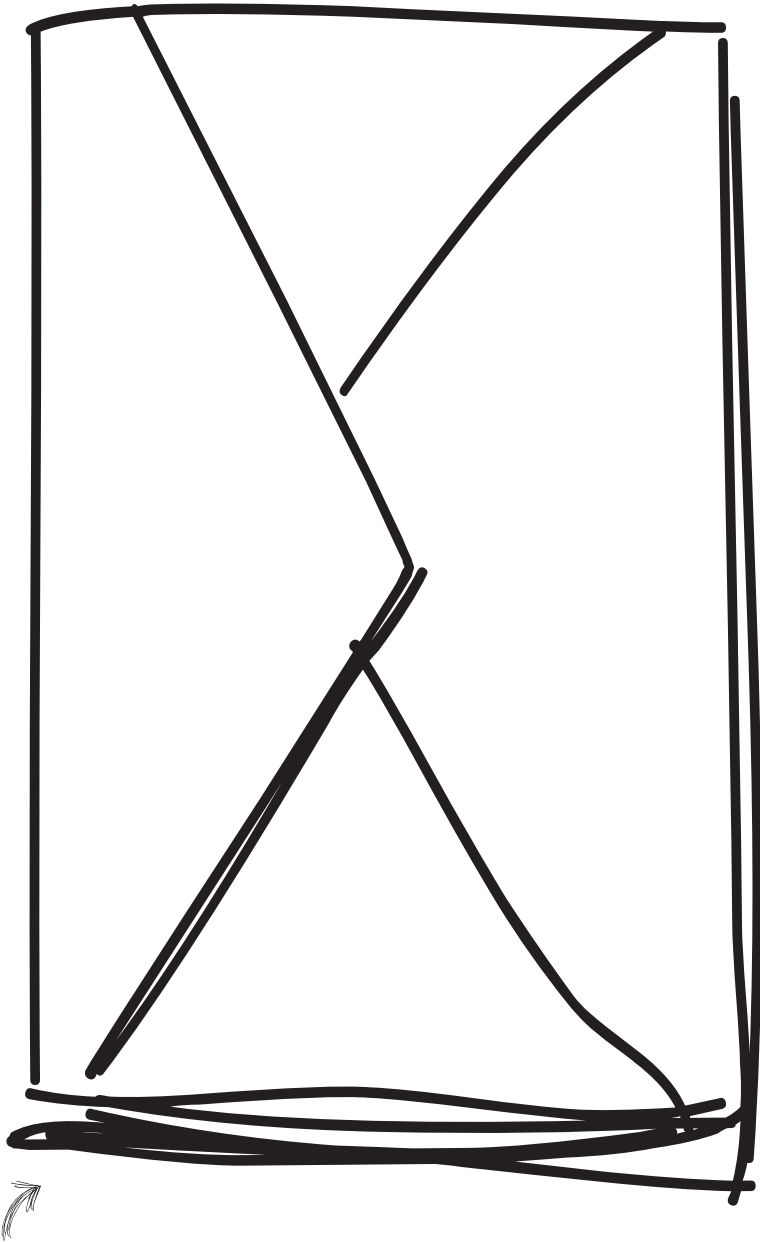
Bloed doneren (Dan mag je meteen ook nummer 19 aanvinken)

21.

Een brief schrijven aan jezelf binnen 10 jaar

Een dakloze helpen
Jij hebt het hart op de juiste plaats!

22.



21. – KLEEF HIER DE BRIEF NAAR JE TOEKOMSTIGE ZELF IN EEN GESLOTEN OMSLAG. JE MAG HEM PAS OPENMAKEN OP .. / .. / 20.. . KAN JE JE NIEUWSCIERIGHEID 10 JAAR LANG BEDWINGEN?

WWW.LANNOO.COM

Registreer u op onze website en we sturen u regelmatig een nieuwsbrief met informatie over nieuwe boeken en met interessante, exclusieve aanbiedingen.

Tekst: Elise De Rijck

Vormgeving: Valérie Machtelinckx i.s.m. Elise De Rijck

Als u opmerkingen of vragen heeft, dan kunt u contact nemen met onze redactie:
redactielifestyle@lannoo.com

© Uitgeverij Lannoo, 2015

D/2015/15/239 - NUR 150

ISBN: 978 31 011 2361 8

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch of op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.