

LAURA BRIJDE

# *Life Goals*

ALLE HASHTAGS HOOGHOUDEN  
IN EEN WERELD  
VOL VERWACHTINGEN

2020 Prometheus Amsterdam

© 2020 Laura Brijde  
Omslagontwerp Jan van Zomeren  
Foto's omslag en titelpagina's Samantha Bosrijk  
Lithografie afbeeldingen Marc Gijzen  
Zetwerk Mat-Zet bv, Huizen  
[www.uitgeverijprometheus.nl](http://www.uitgeverijprometheus.nl)  
ISBN 978 90 446 4168 4

# Inhoud

Woord vooraf 9

## 1 #GIRLBOSS

- Mama, als ik later groot ben! 23
- Een Dior-tas met latte macchiato, alstublieft 25
- GirlsWorkingOutMotivation 27
- Voor online inspirers-to-be 38
- Legally illusion 43
- Multi-wat? 45
- Ademnood, want de kans is groot... 48
- Ook dat is geluk 50
- Ik besloot het te doen 51
- Het is genoeg 54

## 2 #COUPLEGOALS

- Early bird 60
- De kroonluchter 63
- Single bells all the way! 67
- Très romantique 69

Slow-love	71
Naïef en verliefd	73
Un frozen yoghurt, por favor	75
De Feria	78
Uit het oog, uit het hart	81
Van vuurwerkshow naar vlammetje	85
Happily ever after	87
Acceptatie, verwachtingen, bewustheid	88

### 3 #NOFILTER

Meer, beter, gezonder	96
Orthorexia	100
Het groene kerstdiner	102
De omslag	104
Balans	109
Instagram-schoonheid	112
Het impostersyndroom	116
Omgaan met jaloezie	123

### 4 #WANDERLUST

Blanes	136
Bujalance	139
Waar is mijn Calvé-pindakaas?	143
Omgaan met een cultuurshock	147
Purmerend	150
Zuid-Afrika	152
Bali	155
Peru	162
Waarom iedereen zou moeten reizen	167

## 5 #HAPPYLIFE

De eeuwige erkenningslaag	174
Gelukspel	176
De illusiedieren	179
Niet positief denken, maar doen	183
Geen vrienden	186
De sleutel tot geluk	191

Nawoord 195

Bronnen 197

