



En zo ga ik nu verder!



Dit / deze dingen helpen mij om me oké te voelen:	
Deze eigenschap waardeer ik het meest aan mezelf:	
Om deze redenen waardeer ik hoe mijn leven eruit ziet:	
Ik ben blij dat deze mensen in mijn leven zijn:	
Ik ben dankbaar om...	
Dit is mijn wens aan mezelf:	
Dit is wat ik elke dag ga doen om mezelf te helpen om me goed (of nog beter!) te voelen:	
Op het vlak hiernaast ga ik steeds post-its plakken met leuke dingen die ik mee maak of waar ik dankbaar voor ben 😊	