WAT KOST ENERGIE?

KNIP UIT



MOE



STRESS



VEEL TELEFOON



SLAAP SLECHT



OVERPRIKKELD



GEEN OVERZICHT



ALTIJD DRUK



MOEILIJK NEE ZEGGEN



RUZIE THUIS



SCHULD & SCHAAMTE



EENZAAM



VERGETEN



BOOS



BANG



CHAOS IN HUIS



GEEN TIJD VOOR MEZELF

LEEFGEBIEDEN – KNIP UIT



GELD



HUIS & WONEN



WERK & SCHOOL



FAMILIE



GEVOEL & HOOFD



LIJF & GEZONDHEID



DRANK & MIDDELEN



VOOR JEZELF ZORGEN



VRIENDEN & MENSEN



MEEDOEN IN DE WIJK



POLITIE & REGELS



KINDEREN

POSITIEVE EIGENSCHAPPEN – KNIP UIT



LIEF



STERK



DOORZETTER



CREATIEF



ZORGT VOOR ANDEREN



GRAPPIG



EERLIJK



BEHULPZAAM



DAPPER



RUSTIG



SLIM



DOET HAAR BEST



TROTS



LIEFDEVOL



GEDULDIG



KAN GOED LUISTEREN

DOELEN & EERSTE STAPJE

- KNIP UIT -



IK WIL RUST



IK WIL BETER SLAPEN



GELD OVER



HUIS OP ORDE



MINDER TELEFOON



MINDER RUZIE



GEZONDER LEVEN



MEER TIJD VOOR MEZELF



GOED VOOR KINDEREN ZORGEN



MIJN EERSTE STAPJE IS...



VOLGENDE WEEK GA IK...



TROTS OP MEZELF

EIGEN KAARTJES – KNIP UIT

Schrijf of teken wat voor jou belangrijk is.

Mijn kaartje:

woord, persoon, plek, gevoel of steun

Mijn kaartje:

woord, persoon, plek, gevoel of steun

Mijn kaartje:

woord, persoon, plek, gevoel of steun

Mijn kaartje:

woord, persoon, plek, gevoel of steun

Mijn kaartje:

woord, persoon, plek, gevoel of steun

Mijn kaartje:

woord, persoon, plek, gevoel of steun

Mijn kaartje:

woord, persoon, plek, gevoel of steun

Mijn kaartje:

woord, persoon, plek, gevoel of steun

Mijn kaartje:

woord, persoon, plek, gevoel of steun

Mijn kaartje:

woord, persoon, plek, gevoel of steun

Mijn kaartje:

woord, persoon, plek, gevoel of steun

BONUSKAARTEN – KNIP UIT

1) WAT GEEFT KRACHT?

WAT GEEFT KRACHT?

KAN HULP VRAGEN



WAT GEEFT KRACHT?

KAN GRENZEN AANGEVEN



WAT GEEFT KRACHT?

HOOPYOL



WAT GEEFT KRACHT?

ZELFSTANDIG



2) WIE HELPT?

WIE HELPT?

HUISARTS



WIE HELPT?

LEERKRACHT / SCHOOL



WIE HELPT?

WIJKCENTRUM



WIE HELPT?

BUURTGENOOT



3) WAT HEB IK NODIG?

WAT HEB IK NODIG?

EEN VEILIGE PLEK



WAT HEB IK NODIG?

RUST EN STILTE



WAT HEB IK NODIG?

IEMAND DIE LUISTERT



WAT HEB IK NODIG?

DUIDELIJKE AFSPRAKEN



4) WAT WERKT AL?

WAT WERKT AL?

EEN KLEIN RITME



WAT WERKT AL?

EEN GOED GESPREK



WAT WERKT AL?

IK HEB DIT AL EERDER GEKUND



WAT WERKT AL?

HIER BEN IK TROTS OP

