

Het komende jaar

Maak je visiebord of moodboard

Ga knippen en plakken en maak een collage over het jaar dat jij wil beleven en ervaren.

Je kan prentjes nemen die laten zien hoe je je wil voelen, maar ook beelden en woorden die exact uitbeelden wat jij het komende jaar wil bereiken, hoe jij eruit wil zien of wat jij wil doen.

Tijd voor actie

Geen resultaten zonder actie.

Om van het komende jaar een topjaar te maken heb je 3 dingen nodig.

1. Neem de tijd om regelmatig je doelen te visualiseren
Je moodboard raakt je recht in je onbewuste. Bekijk het zeer regelmatig met liefde.
2. Tune elke ochtend in op dankbaarheid en/of mediteer
3. Alles begint met het zetten van een eerste stap. Noteer je eerste stap per doel:

- * Familie, relaties, gezin:
- * Werk, professioneel:
- * Vriendschappen:
- * Vrije tijd:
- * Financieel:
- * Persoonlijke ontwikkeling, spiritualiteit:
- * Gezondheid:
- * Contributie, bijdrage:

Maak er een TOPjaar van!

Celebrate!

