

# Wandelcoach3daagse

een natuurlijke blik op de waarde van  
jezelf en je werk

*versterk het vertrouwen in je bedrijf!*

1<sup>e</sup> wandeling



- 🌸 Gun jezelf minstens anderhalf uur de tijd voor deze wandeling en de (thuis)opdracht
- 🌸 Ga daar wandelen waar je graag wandelt
- 🌸 Verzamel onderweg natuurvoorwerpen die je aanspreken, die je mooi vindt, die je aandacht vragen
- 🌸 Maak hiervan onderweg of als je weer thuis bent een collage
- 🌸 Denk niet te veel na doe het intuïtief
- 🌸 Wat valt je op aan je collage?
- 🌸 Welke gevoelens en gedachten komen bij je op?
- 🌸 Of heb je juist vragen?
- 🌸 Schrijf alles op wat je te binnen schiet
- 🌸 Maak een foto van je collage
- 🌸 Leg het weg tot de volgende opdracht
- ☞ Bij welke (biologische) vragen kan ik je helpen?
- ☞ Mail je vragen naar:

[info@vandenhoude-communicatie.nl](mailto:info@vandenhoude-communicatie.nl)