



mijn
ONTDEKKINGEN
in
2019

Aanwijzingen:

- Print de tekening uit of open hem in een notitie-app op je tablet
- Loop in gedachten door je afgelopen jaar (bijvoorbeeld tijdens een wandeling of visualisatie-oefening)
- Noteer of teken de ontdekkingen en momenten waar je dankbaar voor bent in de bellen (je kunt per maand een bel invullen maar je kunt dat ook per categorie of willekeurig doen)
- Pak eventueel je agenda erbij als geheugensteuntje