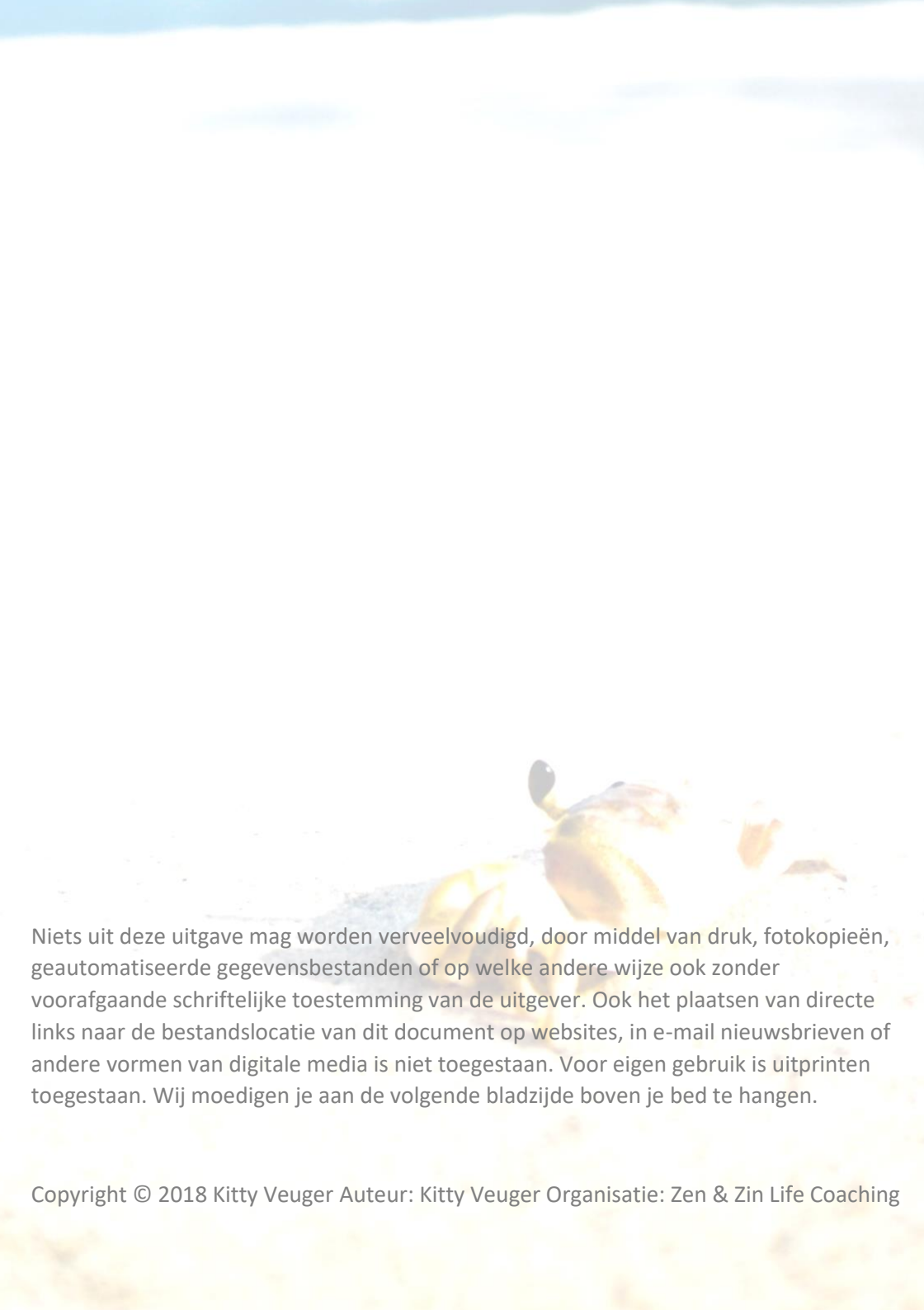


Stukje Geluk



Kitty Veuger

A blurry, artistic photograph of a crab on a sandy beach. The crab is the central focus, with its legs and shell visible. The background shows the ocean and a bright sky, creating a soft, out-of-focus effect. The overall tone is warm and natural.

Niets uit deze uitgave mag worden vereenvoudigd, door middel van druk, fotokopieën, geautomatiseerde gegevensbestanden of op welke andere wijze ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Ook het plaatsen van directe links naar de bestandslocatie van dit document op websites, in e-mail nieuwsbrieven of andere vormen van digitale media is niet toegestaan. Voor eigen gebruik is uitprinten toegestaan. Wij moedigen je aan de volgende bladzijde boven je bed te hangen.

EEN NIEUWE DAG LIGT VOOR MIJ

IK BEN GOED ZOALS IK BEN

IK VOEL ME GEWAARDEERD

IK BEN IN BALANS



IK RESPECTEER MEZELF



Een Nieuwe Dag Ligt Voor Mij

Elke dag kun je een nieuwe start maken

Elke dag kun je opnieuw beginnen

Een frisse start geeft een voorsprong

Vergeet gisteren en richt je op vandaag

Vandaag is een mooie dag



Vandaag creëer ik wat moois

Ik kan vandaag kiezen wat ik wil

Nieuwe mogelijkheden openen zich vandaag

Vandaag begin ik met een glimlach

Ik tel eerst tot honderd voor ik uit bed stap

Ik richt me eerst naar binnen voor ik uit bed stap

Deze 5 minuten gun ik mezelf

Wat een mooie dag

Elke uitdaging kan ik aan

Er is altijd een oplossing

Ik hou van vandaag





Ik Ben Goed Zoals Ik Ben

Ik accepteer mezelf volledig

Ik ben de enige die mij leeft

Ik maak mijn eigen keuzes

Ik ben een prima mens

Ik ben een heerlijk mens



Ik ben een fantastisch mens

Ik heb mijn eigen kwaliteiten

Ik ben de enige unieke IK

Er bestaat geen ander zoals ik

Ik heb vele ervaringen

Ik ben een talent

Ik heb potentieel



Ik heb een zelfhelend vermogen

Ik ben een zelfdenkend mens

Ik adem in

Ik adem uit

Ik ben goed gezelschap

Ik neem mezelf overal mee





Ik Voel Me Gewaardeerd

Ik keer naar binnen en voel

Ik hoef niets te doen om te ademen

Ik word geademd

Het universum houdt van mij

De natuur houdt van mij



Mensen houden van mij

Mijn omgeving houdt van mij

Ik ben blij met de vele dingen die ik heb

Ik ben blij met de mensen om me heen

Ik ben blij met mezelf

Ik voel me gewaardeerd

Ik betekenen veel voor anderen



Ik beteken veel voor deze wereld

Ik maak deze wereld rijker

Ik voel me schoon en fris

Ik voel me rijk

Een intens gevoel van waardering overspoelt mij

Ik geef uit overvloed

Ik hou van mezelf



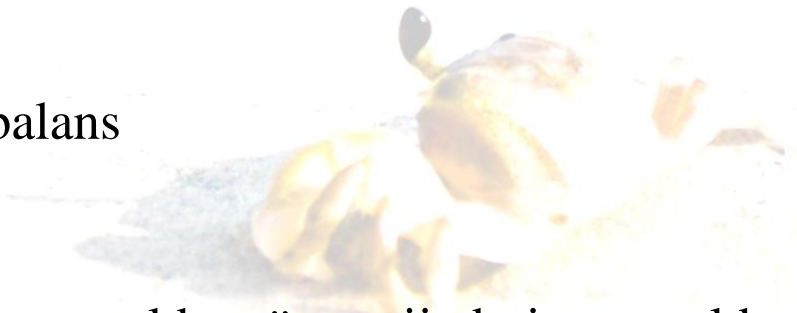
Ik Ben In Balans

Ik adem in

Ik adem uit

Ik ben in balans

Mijn binnenwereld creëert mijn buitenwereld



Ik verwacht een goed gevoel

Ik ontspan

Ik werk altijd prettig

Ik werk zowel hard als zacht

Ik loop te springen en wacht af

Mijn denken kan ik sturen

Ik heb mooie gedachten

Mijn denken stuurt mijn emoties

Ik accepteer volledig alle emoties

Ga ik linksom

Ga ik rechtsom

Ik bekijk alle kanten

Mijn waarheid is waar

Ik kies voor geluk



Ik kies voor geluk



Ik Respecteer Mezelf

Ik ben zorgvuldig

Ik ga zorgvuldig met mezelf om

Ik ga zorgvuldig met mijn omgeving om

Ik hou van mezelf

Ik respecteer mezelf

Ik plan zorgvuldig mijn dag

Ik doe al mijn taken met zorg

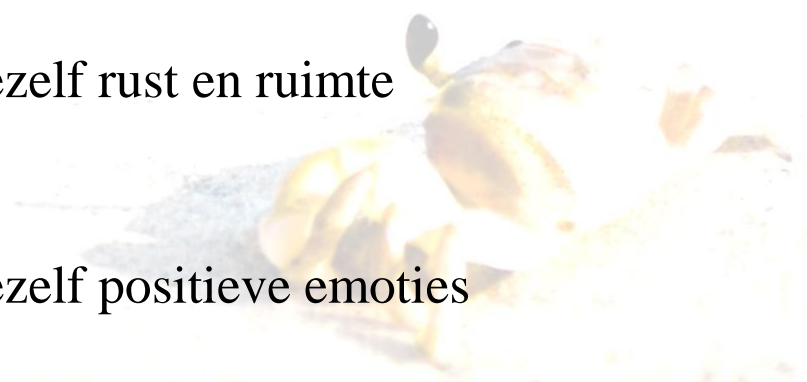
Ik voel mij gerespecteerd

Ik neem elke dag tijd voor mezelf

Ik gun mezelf rust en ruimte

Ik gun mezelf positieve emoties

Ik kies voor geluk



Ik ben er altijd voor mijn dierbaren

Ik GA voor mijn diepste verlangens

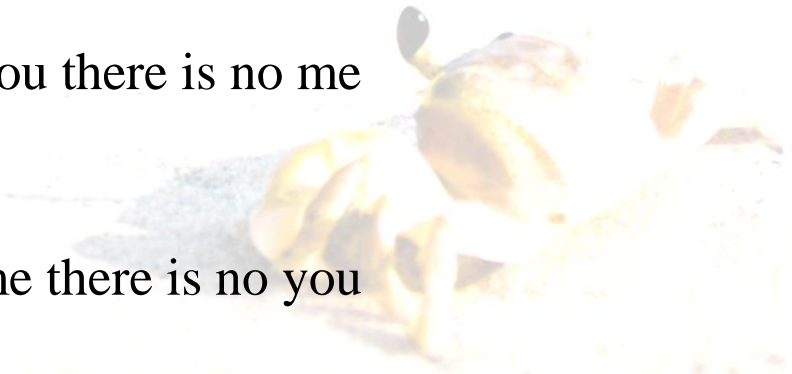
Ik mag mijn verlangens uiten

Ik mag mijn leven VOL leven

Without you there is no me

Without me there is no you

I love ME



Stukje Geluk

