

Bewust genieten op vakantie

7 REMINDERS VOOR EEN HSP-BREIN

- ☀️ 1. KIJK NIET ALLEEN OM JE HEEN, VOEL OOK EVEN HOE HET MET JOU GAAT.
- 🌸 2. JE HOEFT NIET ALLES TE ZIEN OM EEN MOOIE VAKANTIE TE HEBBEN.
- 🌊 3. PLAN NIET ALLEEN UITSTAPJES, MAAR OOK RUSTMOMENTEN.
- 📷 4. MAAK EEN FOTO... EN NEEM DAARNA OOK EEN MOMENT ZONDER CAMERA.
- 🧘 5. VRAAG JEZELF AF: "WAAR KRIJG IK OP DIT MOMENT ENERGIE VAN?"
- 💚 6. OVERPRIKKELD? ZOEK EVEN DE STILTE OP. DAT IS GEEN LUXE, MAAR ZELFZORG.
- ✨ 7. DE MOOISTE HERINNERINGEN ZIJN VAAK NIET GEPLAND.

JOUW VAKANTIEVRAAG

WELKE DRIE KLEINE MOMENTEN WIL JIJ DEZE VAKANTIE ÉCHT BEWUST BELEVEN?



.....
.....
.....

*NIET DE HOEVEELHEID INDRUKKEN BEPAALT HOE MOOI JE VAKANTIE IS.
MAAR DE AANDACHT WAARMEE JE ZE BELEEFT.*

ENERGIEKE GROET,
NICOLE

