

Mijn checklist voor jouw  
ontspanningsarrangement

1. *Voel je vrij en voel je thuis*
2. *Ontspan en geniet*
3. *Ga opzoek naar jezelf*
4. *Vraag hulp waar nodig*
5. *Wees jezelf*
6. *Laat je verwennen met ontbijt, lunch en diner*
7. *Leer, ontdek, en beleef*
8. *Ontmoet jezelf en andere*
9. *Laat je begeleiden*
10. *Vindt de weg die je wilt gaan*

lieve groet Maartje Raeskin