

WALK OF LIFE

Nodig iemand of meerdere mensen uit voor een wandeling in de natuur. Gebruik de vier vragen op dit kaartje. Geef echt aandacht zonder oordeel.

Voor meer inspiratie en oefeningen scan de QR code.

www.walkoflife.nl





Vier vragen voor onderweg.

- Hoe gaat het echt met je vandaag?
- Wat is voor jou belangrijk op dit moment?
- Waar verlang je naar of wat zou je willen?
- Wat neem je mee van/na deze wandeling?

Hoofd uit, hart aan