



# Focus op jezelf Challenge

## WERKBOEK

HEART AWARENESS

# Focus op jezelf Challenge

## Opdracht dag 3

### De focus van zelfliefde

Onderzoek wat jouw kernwaarden zijn op elk gebied van jouw leven. Waarom is dit belangrijk voor je? Onderbouw dit voor jezelf zodat het jou meer kracht geeft wat het waarom erachter is. Denk bij gebieden in jouw leven als liefde en relaties, financieel, werk, familie, eigenwaarde.

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Wat is voor jou zeker een no-go? Wat zijn jouw grenzen op elk gebied van jouw leven?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

