Mini-retraite met mezelf

**Plan 4 dagen in:**

01-05-2023 tot 04-05-2023

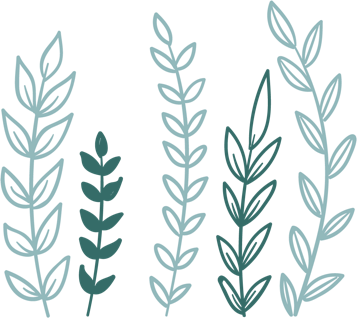
**Waarom wil ik op retraite met mezelf?**

*Bijv: ontprikkelen van dagelijkse hectie, belangrijke keuze doorvoelen, rouw- of loslaatproces, toewijding aan gezondheid en zelfliefde.*

**Wat is mijn retraite doel?**

*Schrijf zo concreet mogelijk volgens de wie, wat, waar, waarom, hoe, wanneer, hoeveel, etc.*

**Wat ga ik tijdens mijn retraite doen?**



*Je kunt zelf ook een uitgebreider tijdsschema maken.*

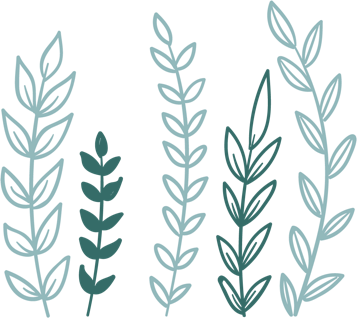
**Wat zijn mijn vluchtroutes?**

(Social media, gokken, series kijken, eten, porno, drank,…)

**“Ik spreek met mezelf af dat deze vluchtroutes verboden zijn tijdens mijn retreat.”**

**Aan wie communiceer ik mijn plannen?**

Zodat je ongestoord op retraite kunt gaan, en je plannen ‘echt’ maakt.

We wensen je een heerlijke en helende retraite!  
  
Liefs – HOLY shit.