



KIEZEN VANUIT JE

KRACHT

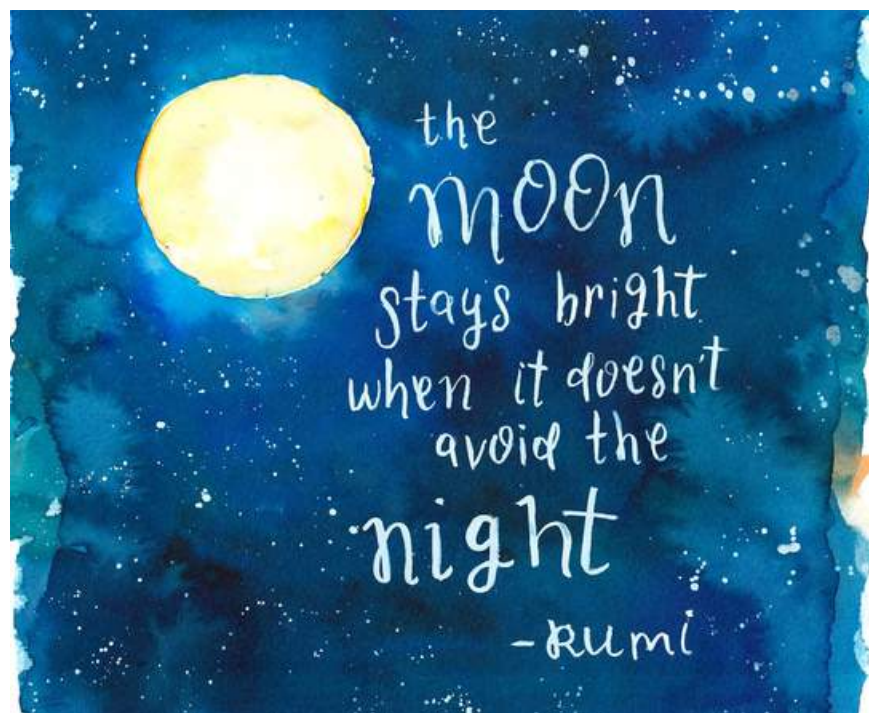
PETRA VAN DREUMEL

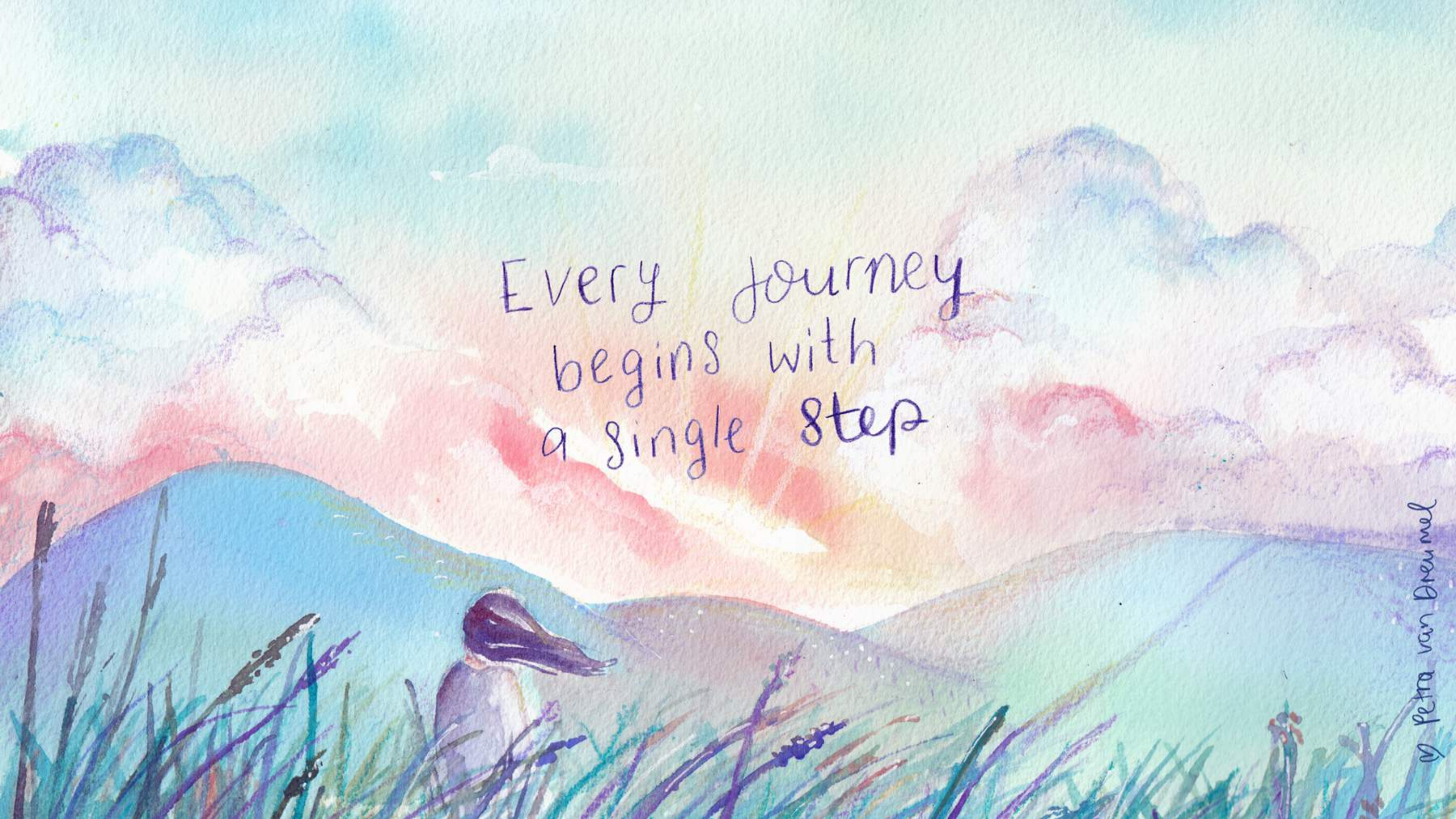
@PETRA_VAN_DREUMEL



WAT GAAN WE DOEN?

- Focus op wat voor jou belangrijk is
- Inzetten van hoofd, hart en buik
- Aandacht geven aan wat mag groeien
- Kiezen vanuit je kracht



A watercolor illustration of a landscape. In the foreground, a bird with a long, dark beak and a light-colored body stands amidst tall, dark green grass. The bird is facing right. The background features rolling hills in shades of blue and green. The sky is a mix of soft, pastel colors including pink, orange, yellow, and light blue, suggesting a sunrise or sunset. The overall style is soft and artistic, with visible brushstrokes and a gentle color palette.

Every journey
begins with
a single step



WE MAKEN DE HELE DAG DOOR KEUZES

Soms weten we exact wat ons te doen staat, maar vaker nog is het niet zo helder. Dan raken we de weg kwijt in ons hoofd. Deze simpele maar krachtige methode helpt je om focus te houden op wat voor jou belangrijk is, en te kiezen vanuit jouw hart.

KIEZEN VANUIT JE KRACHT IN 3 STAPPEN

1. Vind jouw krachtwoorden
2. Breng jouw woorden tot leven
3. Voel jouw richting

MAY YOUR
Choices
REFLECT YOUR
>> HOPES <<
not your
FEARS
NELSON MANDELA



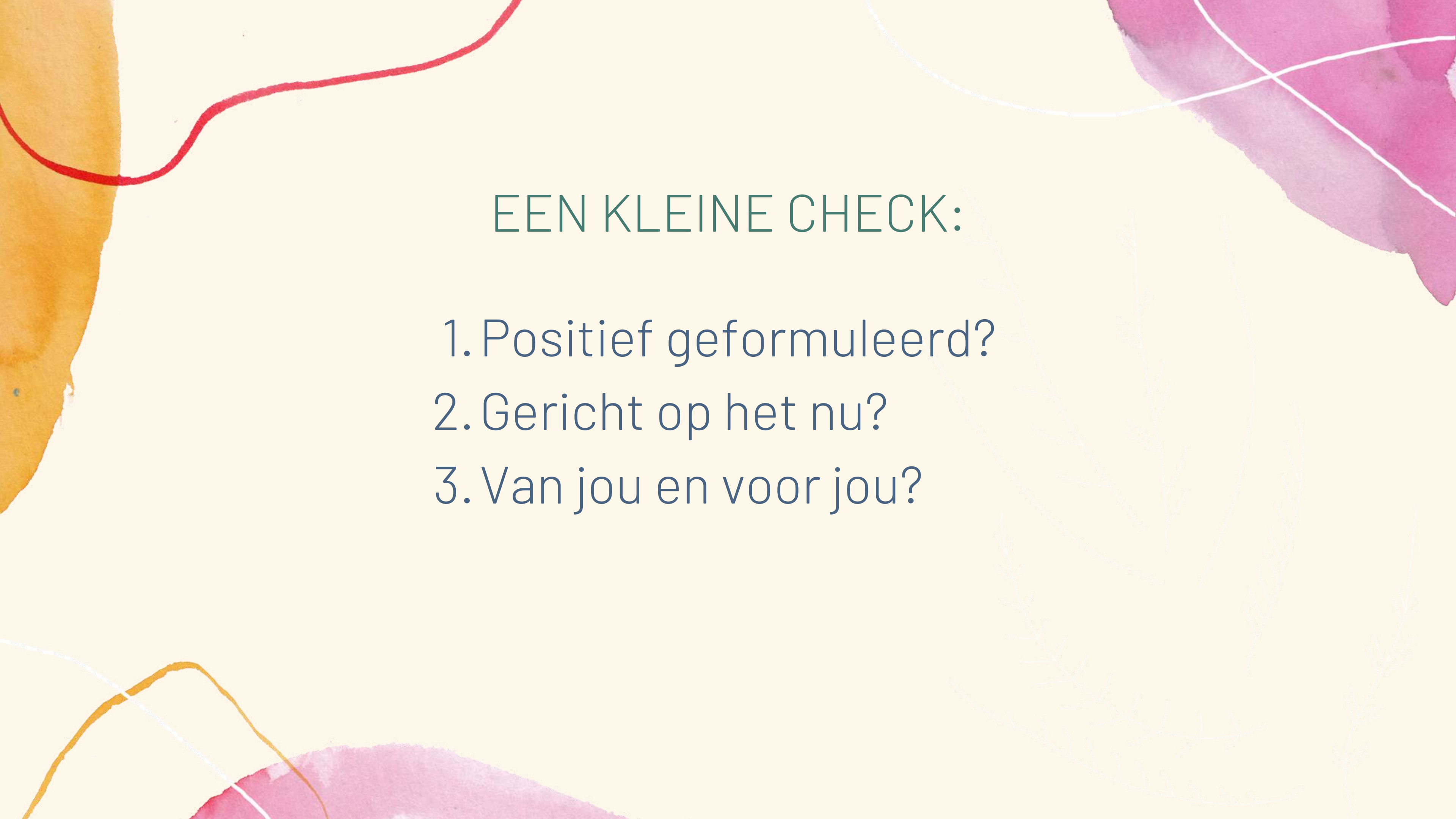
VIND JOUW KRACHTWOORDEN

- Welke waarden zijn voor jou belangrijk?
- Wat droom je van? Waar verlang je naar?
 - Wat zal dat je geven?
- Wat wil je wat minder in je leven? En wat wil je wat meer?
 - Wat zal dit je brengen?



KIES JOUW KRACHTWOORDEN

3 tot 5 woorden die NU voor JOU van
betekenis zijn en de essentie bevatten



EEN KLEINE CHECK:

1. Positief geformuleerd?
2. Gericht op het nu?
3. Van jou en voor jou?







DROMEN
UIT HET HART

KEUZES
UIT HET HOOFD

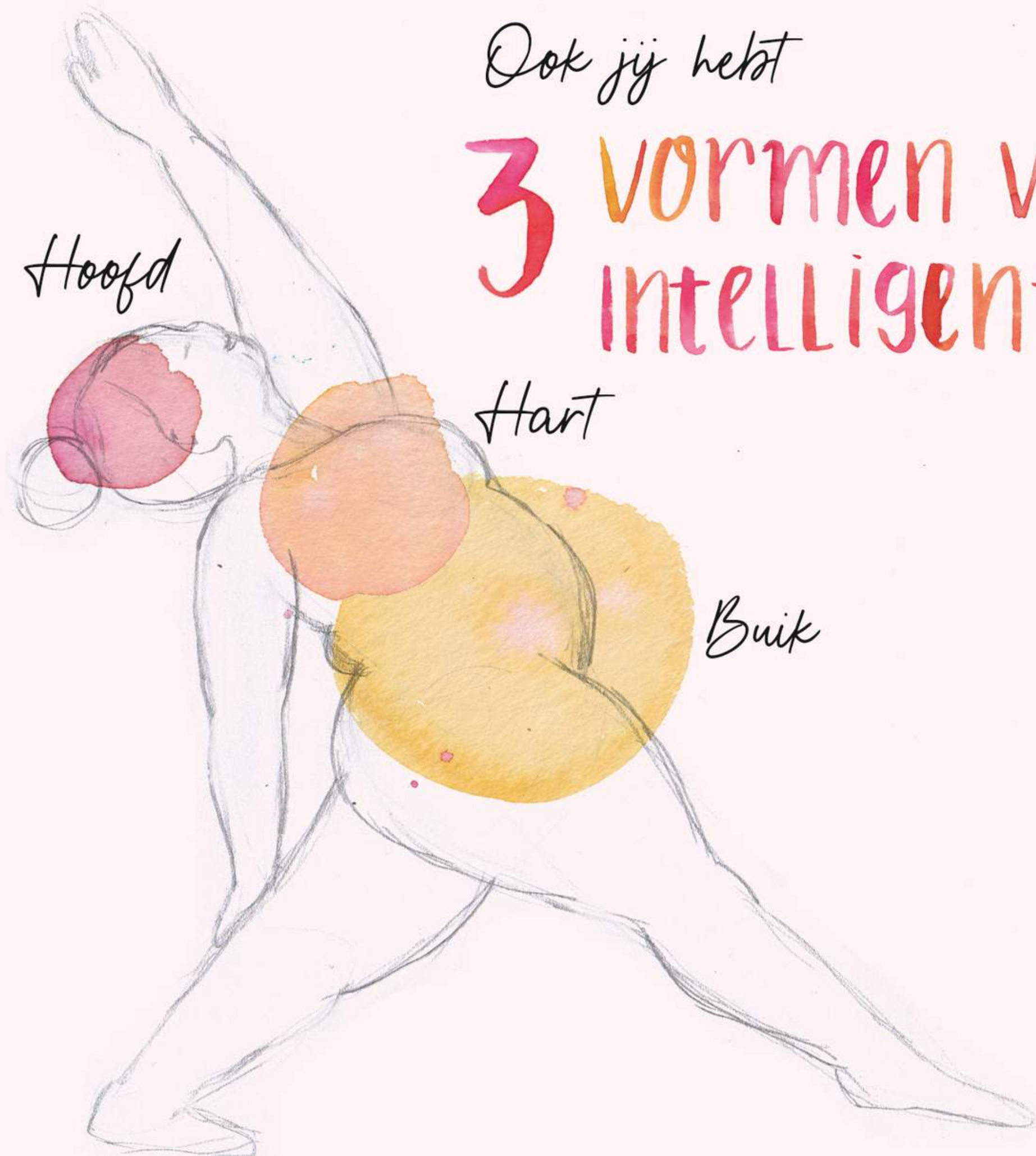
Ook jij hebt

3 vormen van Intelligentie

Hoofd

Hart

Buik



KRACHT

VERGROOT DIT MIJN
(INNERLIJKE) KRACHT?

VERKLEINT DIT MIJN
(INNERLIJKE) KRACHT?

liefde

VOELT DEZE KEUZE
ALS LIEFDE?

VOELT DEZE KEUZE
ALS ANGST?

Intuïtie

VOLG IK HIERBIJ
MIJN INTUÏTIE?



PETRAVANDREUMEL.NL | @PETRA_VAN_DREUMEL