



IMPACT MINDMAP

Werkboek (invulformulier)



Verlaag stress
Verminder struikelblokken



Verhoog ontspanning
Boek meer progressie

IMPACT MINDMAP



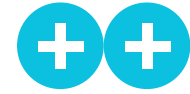
**Grote / chronische
stress factor**



**Vervelende
stress factor**



**Fijne ontspanning
of leuke activiteit**



**Optimaal
genieten / gelukkig**

Bart

