

SEPTEMBER TIPS



GEZONDHEID

TIP 

Ga deze maand minimaal 4 keer een lunchwandeling maken met een collega.

PLEZIER

 **TIP**

Verzin iets leuks om samen met je collega's te gaan doen na het werk.

GROEIEN

 **TIP**

Stel jij weleens een doel op voor jezelf? Probeer een realistisch doel te stellen, een die haalbaar is. Onrealistische doelen kunnen namelijk stress geven.

01	02	03	04	05	06	07
08	09	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					