

Flow Moeders Challenge

*Elke dag een moment voor jezelf –
1 zin, 1 gevoel.*

Schrijf hier jouw intentie voor de dag. Wat wil je vandaag voelen?

Bijvoorbeeld:

"Vandaag kies ik voor geduld."

"Vandaag kies ik voor vreugde."

"Vandaag kies ik voor rust."

Jouw zin voor vandaag:

Schrijf hier 3 dingen waar je dankbaar voor bent vandaag.

Dankbaarheid is een krachtige manier om je vibratie te verhogen!

Bijvoorbeeld:

"Ik ben dankbaar voor het lachen van mijn kinderen."

"Ik ben dankbaar voor een moment van rust in de middag."

"Ik ben dankbaar voor de warmte van de zon."

Waar ben je dankbaar voor?

*Jij bent een krachtige moeder en
jij hebt de keuze om jouw energie
te sturen.*

*Gebruik dit blad als jouw
dagelijkse tool om jezelf terug te
brengen naar jouw flow.*



Extra Tips:

Neem een paar minuten
elke ochtend om je intentie
in je hart te voelen.

Als je je overweldigd voelt,
herhaal dan je zin. Dit is
jouw anker.