



DURVEN DOEN

7 stappen naar een
gelukkig en succesvol leven



**Iedere moeder
is anders.
Maar alle moeders
willen een mooi leven.
En alle moeders
willen een
blij kind.**

WAT STAAT ER IN DIT BOEK?

Er staan 7 stappen in.
Die stappen zorgen voor een fijner leven.

STAP 1: HOE GAAT HET MET JOU?	7
STAP 2: WAT ZIJN JOUW DROMEN?	23
STAP 3: WAT WIL JE VERANDEREN?	33
STAP 4: HOE KUN JE DINGEN VERANDEREN?	47
STAP 5: PLANNEN MAKEN	5
STAP 6: HOE MOET JE HET DOEN?	71
STAP 7: JE DROMEN ZIJN UITGEKOMEN!	81



**Een gelukkig en
succesvol leven voor
jou en je kind(eren)
begint bij jou.**

DIT BOEK HELPT JOU

Dit boek helpt jou om gelukkiger te worden.

Dat ga je doen in 7 stappen.

Er zijn ook opdrachten bij.

Sommige opdrachten moet je zelf doen.

Andere opdrachten doe je in groepjes.

In groepjes werken is fijn, want dan kun je elkaar helpen.

En je kunt van elkaar leren.

Succes!



Ga ook naar singlesupermom.com en meld je gratis aan bij onze community, of bezoek onze workshops door het hele land: zo loop je niets mis en krijg je de ondersteuning die je nodig hebt en verdient.

Je vindt ons ook op Twitter, Facebook en Instagram.



@single_supermom



/singlesupermomevent



@singlesupermom



STAP 1

Hoe gaat het met
jou?



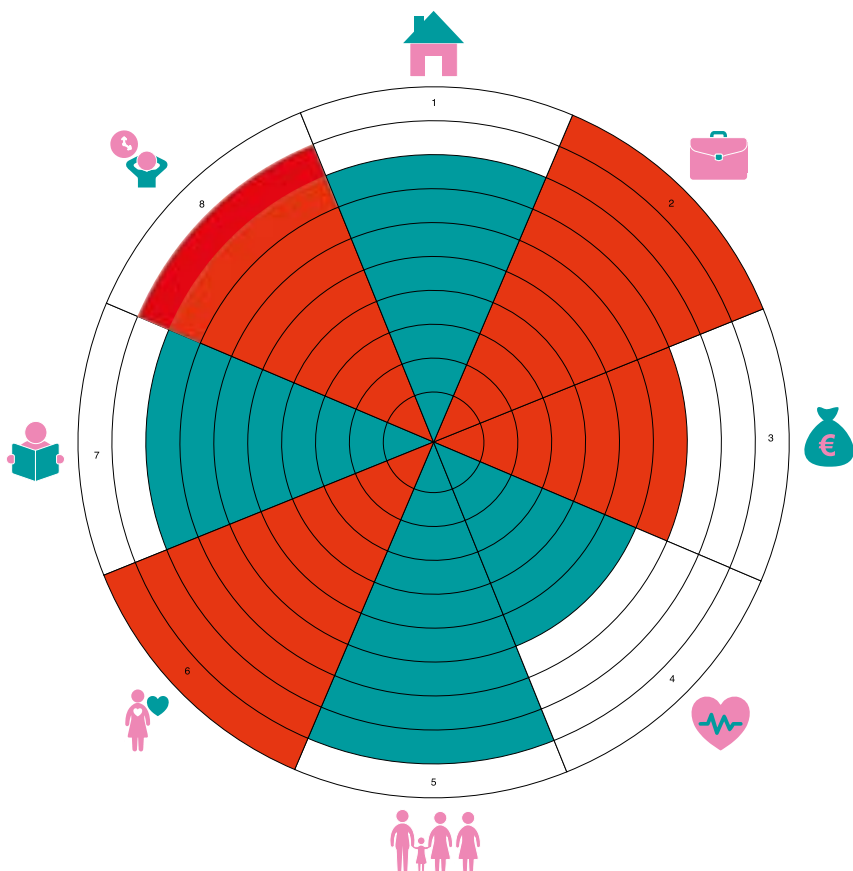
STAP 1

Hoe gaat het met jou?

Welkom bij Stap 1:

Ben je klaar om aan het werk te gaan?

In stap 1 kijk je hoe het met jou gaat.
Hieronder staat een rondje.
In het rondje staan 8 vakken.
Die vakjes gaan over jouw leven.
Kleur de vakjes in. In groen of rood.





VAKJE 1 GAAT OVER JE HUIS.

Heb je een fijn huis? Kleur het vakje dan groen.
Woon je niet fijn? Kleur het vakje dan rood.



VAKJE 2 GAAT OVER JE WERK OF SCHOOL.

Werk je?
Is dat leuk? Kleur het vakje dan groen.
Is dat niet zo leuk? Kleur het vakje dan rood.

Ga je nog naar school?
Is dat leuk? Kleur het vakje dan groen.
Is dat niet zo leuk? Kleur het vakje dan rood.



VAKJE 3 GAAT OVER JOUW GELD.

Heb je genoeg geld? Kleur het vakje dan groen.
Heb je soms niet genoeg geld? Kleur het vakje dan rood.



VAKJE 4 GAAT OVER JOUW GEZONDHEID.

Ben je blij met jouw vrienden en jouw familie? Kleur het vakje dan groen.
Mis je goede vrienden of familie?
Of heb je vaak ruzie met vrienden en familie? Kleur het vakje dan rood.



VAKJE 6 GAAT OVER VERLIEFDHEID.

Ben je verliefd? En is dat leuk? Kleur het vakje dan groen.
Ben je vaak verdrietig over verliefdheid? Kleur het vakje dan rood.



VAKJE 7 GAAT OVER NIEUWE DINGEN LEREN

Leer je veel nieuwe dingen? Kleur het vakje dan groen.
Blijft alles steeds hetzelfde? Kleur het vakje dan rood.



VAKJE 8 GAAT OVER VRIJE TIJD.

Doe je vaak leuke dingen? Kleur het vakje dan groen.
Doe je alleen maar dingen die je moet doen? Kleur het vakje dan rood.