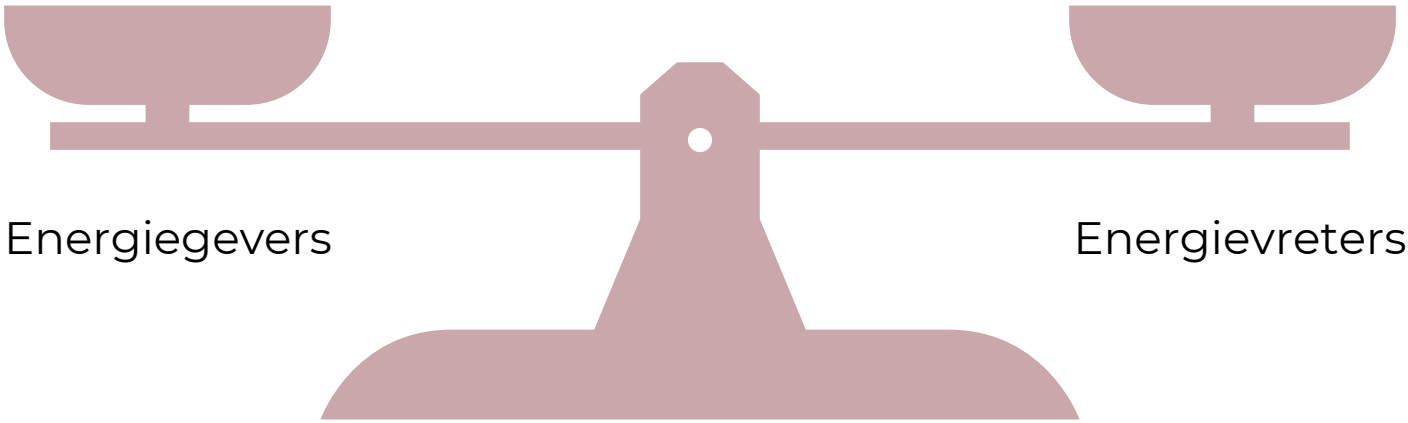
Energievreters & energiegevers

Noteer alle dingen waar je veel energie van krijgt bij **energiegevers**.
Noteer alle dingen die je energie wegnemen bij **energievreters**.



Ben jij momenteel in balans? Heb je meer energiegevers dan energievreters? Super! Zo niet, let er in je planning op dat er meer energiegevers zijn.

Energievreters & energiegevers

Op welke manier ga je ervoor zorgen dat je meer energiegevers gaat inzetten de komende week? Noteer 5 acties.

1

2

3

4

5