

**THE MOVEMENT**  
WERKBOEK  
4 DAAGSE



DAG 04



DAG 04  
INTEGRATIE



# WELKE WAARDE VOEG JIJ TOE IN JE WERKVELD?

JE HEBT JE VAK GELEERD, EIGEN GEMAAKT & NU IS HET TIJD OM HET GELEERDE AF TE LEREN. JA DAT LEES JE GOED.

JE THEORETISCHE KENNIS & OPGEBOUWDE ERVARING DOET ER TOE, MAAR MENSENWERK KOMT PAS ECHT TOT Z'N RECHT WANNEER JIJ DIT VANUIT JE ECHTE ZELF TOE KUNT PASSEN. DAT MAAKT HET VERSCHIL TUSSEN BELICHAAMD EN BEZIELD WERKEN, OF 'JE WERK' DOEN. WAT MAAKT JOU NU ECHT JOU? IN HOEVERRE ERVAAR JE **JOUW EIGENHEID?**

## JOUW WAARDE INTEGREREN

Klik hier om de video te bekijken die ik voor je heb opgenomen  
*Pak je aantekenen materiaal erbij om vragen op te schrijven!*

*Reminder:*

*-Ons lichaam is de toegangspoort, de bron en de brug tegelijkertijd. Lichaam, geest en ziel kunnen ervaren, maakt onze menselijkheid zo bijzonder. Bewustwording is een on going proces van het leven.*



MIJN INTENTIE IS:

# DAILY JOURNAL

## Recap

DATUM:

OBSERVATIES:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

TUNE IN

- 
- 
- 
- 
- 
- 

ACTIES

- 
- 
- 
- 
- 
-

# De reis is pas begonnen

## WHAT'S NEXT?

1 : 1

Individuele  
Coaching



4 DAAGSE  
THE MOVEMENT

Na het volgen van deze gratis online 4 daagse heb je misschien de smaak te pakken naar meer! Ontdek hier je mogelijkheden.

Online

Programma's

Live

Online

Vragen?

Mail!

WIL JE MEER INZICHT & SUPPORT?  
VOLG DE 12 WEEKSE ONLINE CURSUS:

## INNER MOVEMENT



Vraag je gratis coach call aan op  
[www.melissapoulina.com/coachcall](http://www.melissapoulina.com/coachcall)

Dankjewel  
voor je  
deelname



*Mag ik je vragen  
om een review?*

[KLIK HIER](#)  
[dankbaar!](#)

Wat was je grootste verlangen toen je de 4daagse besloot te volgen?

Wat is het grootste leermoment van challenge?

Wat was voor jou het meest waardevol en zie je echt als het resultaat  
van mijn coaching/aanbod?

Waarom zou je een ander aanraden om vooral met mij te gaan  
werken/ deze challenge te volgen?

[@melissapoulina](#)

[contact@melissapoulina.com](mailto:contact@melissapoulina.com)

*Credits: Dansers design:  
[@roskque](#) & [@victoria-rusyn](#)*

