

Noem tien argumenten die je weerhouden om stappen te zetten en je doelen te realiseren. Noem vervolgens bij ieder argument een actie die je dagelijks of met regelmaat wél kunt ondernemen.

WAT WEERHOUDT ME?	ACTIE DIE HAALBAAR IS	DAGELIJKS	ANDERS NL:
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			