



GOED
BEZIG

→ JIJ ←
bent
GEWELDIG

Jij
STRAALT

zouw
LACH
is
amatekelijk!

Jij
bent en
sijne
collega

.....
.....
.....
.....
.....

(En hoe blijf jij
fit in je hoofd?)

Geef eens een compliment cadeau!

Wist je dat een compliment krijgen, maar ook het geven ervan

- zorgt voor een positief gevoel
- de prestaties bevordert
- werken gemakkelijker en leuker maakt
- weinig kost maar kan leiden tot grootse resultaten
- kortom, deugd doet

Op zoek naar meer inspiratie om gezonder en gelukkiger te leven?

De tien tips van 'Fit in je hoofd, goed in je vel'
helpen je om positiever in het leven te staan en
versterken je veerkracht.

www.fitinjehoofd.be

naar een idee van de



stad
Sint-Niklaas



VLAAMS ACTIEPLAN
SUICIDEPREVENTIE 2012-2020

