

# SAMEN veerkrachtig

Boost je veerkracht  
van 1 tot 10 oktober

## SPREUKEN IN HET STRAATBEELD: INSPIRATIELIJST



## 1. ALGEMEEN

- Je hoeft niet perfect te zijn om geweldig te zijn.
- Iedereen neemt me zoals ik ben. Nu ik nog.
- Ik wens  
dat er vandaag een zonnestraal  
precies op je gezicht valt  
zo eentje  
die je zachtjes kriebelt, je wang verwarmt  
en je ogen laat schitteren.
- Pak de zon en straal.
- Er zijn zoveel mooie redenen om gelukkig te zijn.
- Don't listen to what I say. Listen to what I mean.
- Geluk is een seconde die eeuwigheid wil zijn.
- Leef in vreugde. Lach vol overgave. Heb lief met heel je hart.
- Probeer een regenboog te zijn in iemands wolk.
- Als je naar de zon draait, dan valt de schaduw achter je.
- Je kunt meer dan je durft.
- Als je valt ... raap dan iets op.
- Minder doen, meer zijn.
- Je bent zo mooi  
anders  
niet meer of minder anders  
maar zo mooi anders.
- Wat ben ik blij dat jij er bent.
- Stop geluk in elk klein hoekje.
- Zoek je geluk niet te ver. Straks kijk je erover.
- Stilstaan helpt om door te gaan.
- Neem je tijd om gelukkig te zijn.
- Wie straalt, loopt nooit in het donker.



- Jouw goeiemorgen maakt mijn goeie dag.
- Jij bent mooi precies zoals je bent.
- Als je jezelf kent, ben je krachtig.
- Als je jezelf aanvaardt, ben je onoverwinnelijk.
- Je bent geweldig.
- Live. Love. Laugh.
- Ook als je strompelt, ga je vooruit.
- Als er dingen verkeerd gaan, ga dan niet met ze mee.
- Wees geduldig met jezelf. Niets in de natuur bloeit het hele jaar door.
- Don't compare your life to others. There's no comparison between the sun and the moon, they shine when it's their time.
- De aarde is rond. Wat het einde van de wereld lijkt, is misschien wel het begin.
- De week is maar hoe je hem bekijkt:  
Kalmaandag  
Dansdag  
Wensdag  
Wonderdag  
Wijdag  
Schaterdag  
Zindag
- Emoties zijn liefdesbriefjes van je ziel.  
Ze nodigen je uit om weer in balans te komen.
- Love the life you live, Live the life you love ~ Bob Marley
- Happiness is not something readymade. It comes from your own actions. ~ Dalai Lama
- The purpose of our life is to be happy. ~ Dalai Lama
- If you can dream it, you can do it! ~ Walt Disney
- And if today all you did was hold yourself together, I'm proud of you.
- Het is oké, om niet oké te zijn.  
Hier is er ruimte om te huilen.
- Wie zich gelukkig voelt met het geluk van anderen, bezit een fortuin zonder grenzen.



## 2. BANK/ VERZEKERINGSKANTOOR

- Een rijk leven is een verzameling van kostbare momenten.
- Stop geluk in elk klein hoekje!
- Niets is meer waard dan de dag van vandaag!
- Wie zijn geluk kent, leeft rijk.



## 3. BIBLIOTHEEK

- Elke mens is wandelende wijsheid.
- Je kunt alleen tijd verspillen, als je vergeet ervan te genieten.
- Wie dit leest, is te gek!
- Voedsel voor je lichaam is niet genoeg. Je hebt ook voedsel voor je ziel nodig!
- Een bibliotheek is een ziekenhuis voor de geest.
- Schrijf elk hoofdstuk van je leven met de pen van jouw geluk!
- Net als de wereld die er ontstaat in een goed boek, kan jij de jouwe schrijven!

## 4. SCHOOL/CLB/EDUCATIE

- Elke mens is wandelende wijsheid.
- Kleine mens, voor mij ben je GROOT.
- Het gaat er niet om of je binnen de lijntjes kleurt. Het gaat erom dat je je eigen tekening maakt.
- Elke wijze uil begon als uilskuiken.
- Veel pluimen geven sterke vleugels.
- The best way to predict the future is to create it.
- Zeg 't gewoon eens als 't goed is.

- Elke dag biedt een nieuwe kans.
- Als je uit de pas loopt, maak je het mooiste ritme.
- Wie geen fouten maakt, maakt meestal niks.
- Aandacht is het mooiste dat je iemand kan geven.
- Wacht niet op bijzondere momenten. Maak gewone momenten bijzonder.
- Als iets niet lukt,  
heb je niet gefaald,  
maar geleerd.
- Niet perfect, maar uniek.
- Lichtpuntjes.  
Soms zijn ze groot.  
Soms zijn ze klein.  
Je hoeft ze niet te zoeken.  
Je kunt ze ook zijn.
- Als je altijd probeert gewoon te doen,  
kom je nooit te weten hoe fantastisch je zou kunnen zijn.
- Alles wat je niet probeert ... mislukt.
- Niet hoe je valt, wel hoe je opstaat.
- Geloof in jezelf. Je kan meer dan je denkt.
- Ook als je strompelt, ga je vooruit!
- Je angst om er dom uit te zien, is wat je tegen houdt.
- Geluk gaat tegen wiskunde in. Je moet het delen om het te vermenigvuldigen.
- Elk kind is in zeker opzicht een genie en elk genie is in zeker opzicht een kind.



## 5. DOKTER/APOTHEKER/ZIEKENHUIS/TANDARTS ...

- Het beste medicijn, is 3 x daags een complimentje.
- Toon je sterkste kant. Vraag hulp.

- Je kwetsbaar durven opstellen? Sterk!
- Voor mij hoeft je niet volmaakt te zijn.
- Volg je hart want dat klopt!
- Slaap is rust voor je lichaam.  
Kiezen voor jezelf is rust voor je ziel.  
Zorgen moet je **DOEN** niet **MAKEN**.
- Zorg voor jezelf om voor anderen te kunnen zorgen.
- Het leven is kort, lach terwijl je nog tanden hebt.
- Een glimlach is een facelift die voor iedereen betaalbaar is.
- Hier mag je lachen.
- Een glimlach past altijd.
- Voor mij hoeft je niet volmaakt te zijn.
- Kijk positief en je ziet beter.
- Elke wijze uil begon als uilskuiken.
- Waar de ogen glimlachen, glimlacht het hart.



## 6. PSYCHOLOOG/PARAMEDICI ...

- Als je denkt dat alles tegen zit, denk dan eens opnieuw.
- Toon je sterkste kant. Vraag hulp.
- Als je iets niet kan veranderen, verander dan je denkwijze.
- Elke dag biedt een nieuwe kans.
- Wie luistert, ontwikkelt de gave van het spreken.
- Je kwetsbaar durven opstellen? Sterk!
- Voor mij hoeft je niet volmaakt te zijn.  
En je mag best met me praten.
- Alles wat je niet probeert ... mislukt.

- Niet hoe je valt, wel hoe je opstaat.
- Geloof in jezelf. Je kan meer dan je denkt.
- Slaap is rust voor je lichaam. Kiezen voor jezelf is rust voor je ziel.

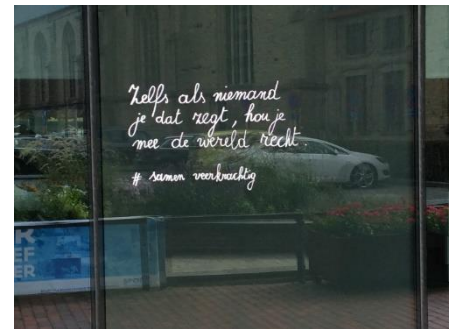
## 7. BEDRIJVEN/ INTERIMKANTOOR/ARBEIDSBEMIDDELING ...

- Het gaat er niet om of je binnen de lijntjes kleurt.  
Het gaat erom dat je je eigen tekening maakt.
- Wat zou je doen als je zou durven?
- Elke dag biedt een nieuwe kans.
- Hé jij. Ja, jij!  
Waar wacht je nog op?  
Ga ervoor!
- Gom eens wat drukte uit je agenda.
- Als je uit de pas loopt, maak je het mooiste ritme.
- Wie geen fouten maakt,  
maakt meestal niks.
- Wacht niet op bijzondere momenten.  
Maak gewone momenten bijzonder.
- Alles wat je niet probeert ... mislukt.
- Je kunt alleen tijd verspillen,  
als je vergeet ervan te genieten.
- Als je werk niet wakker ligt van jou,  
Waarom zou jij dan wakker liggen van je werk?  
Plezier in het werk maakt perfectie in het werk.



## 8. EET- EN DRINKGELEGENHEID

- Wacht niet op bijzondere momenten.  
Maak gewone momenten bijzonder.
- Kom binnen met een blij gemoed,  
dat doet iedereen goed.
- En je mag best met me praten.
- Je kunt alleen tijd verspillen,  
als je vergeet ervan te genieten.
- Je bent om op te eten!
- Voedsel voor je lichaam is niet genoeg  
Je hebt ook voedsel voor je ziel nodig!
- Waar honger je echt naar?
- Waarom is een koelkast zo mooi?  
Schoonheid zit vanbinnen.
- Zonder tonic heeft het leven geen gin.
- Eten brengt mensen samen.
- Het recept voor succes in het leven, begint met het kiezen van de juiste ingrediënten.
- Life is like an ice-cream. Enjoy it before it melts
- If you are what you eat, you must be really sweet, not to mention heavenly!
- Chocolade stelt geen moeilijke vragen. Chocolade toont begrip.
- Leeftijd is niet belangrijk tenzij je een kaas bent.
- Samen eten is olie voor de vriendschap.





## 9. OPENBAAR GEBOUW

- Kom binnen met een blij gemoed, dat doet iedereen goed.
- Zelfs als niemand je dat zegt, hou je mee de wereld recht.

## 10. SPORTHAL/SPORTCLUB/ZWEMBAD

- Winnaars zijn verliezers die niet opgeven.
- Als het leven je laat struikelen, maak er dan een salto van.
- Wacht niet op bijzondere momenten.  
Maak gewone momenten bijzonder.
- Moeizame wegen leiden vaak naar mooie bestemmingen.
- Als iets niet lukt, heb je niet gefaald, maar geleerd.
- Al woelig water tot rust komt, wordt het vanzelf helder.
- A winner is a dreamer who never gives up. ~ Nelson Mandela
- Zelfs de laatste loper in een wedstrijd, is voor al diegene die niet lopen.
- Succes begint aan het einde van je comfort zone.
- Je snelheid maakt niet uit, vooruit is vooruit!
- Wees geen poel met stilstaand water, maar een bron die overstroomt.



## 11. KLEDINGWINKEL/ JUWELENWINKEL/ SCHOENENWINKEL/BOEKENWINKEL

- Trek iets positief aan, dat past altijd.
- Een glimlach past altijd.
- Kom binnen met een blij gemoed,  
dat doet iedereen goed.
- Lichtpuntjes.  
Soms zijn ze groot.  
Soms zijn ze klein.  
Je hoeft ze niet te zoeken.  
Je kunt ze ook zijn.
- Als je altijd probeert gewoon te doen, kom je nooit te weten hoe fantastisch je zou kunnen zijn.
- Je bent mooi precies zoals je bent!
- Je angst om er belachelijk uit te zien, is wat je tegenhoudt.  
Het zou nog leuker zijn om boeken te kopen, als men de tijd om ze te lezen er bij kon kopen.
- De kleren dekken de mens en onthullen wat in hem zit.



## 12. NATUUR/ DIERENWINKEL/ DIERENARTS/ BLOEMENWINKEL...

- Wat de rups het einde noemt,  
noemt de rest van de wereld een vlinder.
- Elke wijze uil begon als uilskuiken.
- Veel pluimen geven sterke vleugels.
- De natuur praat niet...  
maar zegt veel.
- In je diepe wonden zitten zaden, die wachten om te  
mogen bloeien als prachtige bloemen.
- Wees geduldig met jezelf  
Niets in de natuur bloeit het hele jaar door.



## 13. REISBUREAU/ FIETSWINKEL/ RIJSCHOOL ...

- Wie durft te verdwalen, vindt nieuwe wegen.
- Moeizame wegen leiden vaak naar mooie bestemmingen.
- Ware vrijheid? Leren loslaten.

- Pak al je zorgen in je plunjezak en fluit.
- Geluk moeten we onderweg creëren.  
Niet aan het einde van de weg, want dan is de reis al afgelopen.
- Je reis is geboekt!  
De bestemming onbekend,  
de weg ernaartoe onvergetelijk.  
Je moet enkel je hart volgen.
- Je snelheid maakt niet uit, vooruit is vooruit!
- Alles wat je niet probeert ... mislukt.
- Geloof in jezelf.  
Je kan meer dan je denkt.
- Vallen is niet erg ...  
blijven liggen wel.

Stilstaan  
helpt om door  
te gaan

#samenveerkrachtig

**SAMEN**  
veerkrachtig  
Boost je veerkracht  
van 1 tot 10 oktober

[www.samenveerkrachtig.be](http://www.samenveerkrachtig.be)

