

**JE HOEFT  
NIET PERFECT  
TE ZIJN OM  
GEWELDIG TE ZIJN**



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?



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





# WIE EEN VUIST MAAKT, KAN GEEN HAND GEVEN



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?

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

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

# ALS IEDEREEN HETZELFDE DENKT, DENKT NIEMAND



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?







# VERTROUW OP JE KRACHT EN VIER HET LEVEN



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?

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

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

# WEES EEN REGENBOOG IN IEMANDS WOLK



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?



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





**JE  
KWETSBAAR  
DURVEN  
OPSTELLEN?  
STERK!**



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?

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

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



# GELOOF IN DIE ENE REDEN WAAROM HET WEL KAN



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?



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



**JE WEET NOOIT  
WAT JE KUNT  
TOT JE HET  
PROBEERT**



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?

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

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



JE HOEFT NIETS  
BIJZONDER TE  
DOEN OM  
BIJZONDER TE  
ZIJN



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?



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



# KIJK POSITIEF EN JE ZIET BETER



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?

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

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

# TREK IETS POSITIEFS AAN DAT PAST ALTIJD



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?







# NIET HOE JE VALT, WEL HOE JE OPSTAAT



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?

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

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

**MET BEIDE  
VOETEN  
OP DE  
GROND  
KOM JE  
GEEN STAP  
VOORUIT**



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?



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







**ELKE DAG  
BIEDT EEN  
NIEUWE KANS**



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?

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

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



**ALS JE DENKT DAT  
ALLES TEGEN ZIT,  
DENK DAN EENS  
OPNIEUW**



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?



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







JIJ BENT  
MOOI  
PRECIES  
ZOALS  
JE BENT



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?

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

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

# ALS JE VALT, RAAP DAN IETS OP



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?



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







# JE KUNT MEER DAN JE DURFT



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?

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

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

# VOLG JE HART WANT DAT KLOPT



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?

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

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





**GOEDE DAGEN  
GEVEN  
BLIJDSCAP  
SLECHTE DAGEN  
GEVEN INZICHT**



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?

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

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



# HET IS OKÉ, OM NIET OKÉ TE ZIJN



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?



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





**IEDEREEN  
NEEMT ME  
ZOALS IK BEN.  
NU IK NOG.**



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?

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

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

**WAAROM JE  
HOOFD LATEN  
HANGEN ALS JE  
OOK JE  
SCHOULDERS  
KUNT OPHALEN?**



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?



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







# OORDEEL NIET, VERBAAS JE SLECHTS



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?

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

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

EEN GLIMLACH  
IS EEN FACELIFT  
DIE VOOR  
IEDEREEN  
BETAALBAAR IS



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?



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





ALS JE HET  
WOORD  
MOEILIK  
WEGLAAT, ZAL  
JE ZIEN DAT HET  
VANZELF WAT  
MAKKELIJKER  
GAAT



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?

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

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



# ZELFVERTROUWEN IS GELOVEN DAT JE EEN KRACHT BEZIT STERKER DAN JE ANGST



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?



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





# MOEILIJKE MOMENTEN CREËREN STERKE MENSEN



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?

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

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



# ONDERSCHAT NOOIT DE KRACHT VAN KLEINE STAPJES



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?

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

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







HET IS NIET DE  
BERG DIE WE  
OVERWINNEN  
MAAR  
ONSZELF



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?

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

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

ANDERS ZIJN  
IS GEEN  
MINPUNT  
MAAR EEN  
MEERWAARDE



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?



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





# HAAL DE MOET ER UIT EN HOU DE MOED ERIN



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?

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

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

**SOMS IS  
LOSLATEN VEEL  
KRACHTIGER  
DAN  
VASTHOUDEN**



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?



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







**HET MOOISTE  
WAT JE KUNT  
WORDEN IS  
JEZELF**



Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?



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



**PAS ALS JE  
GOED VOOR  
JEZELF  
ZORGT, KAN  
JE HET BESTE  
VAN JEZELF  
GEVEN**



**Heb je het  
moeilijk? Hoe  
maak jij ruimte?**



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



# PAK DE ZON EN STRAAL



Heb je het  
moeilijk?  
Hoe maak jij  
ruimte?

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

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





WAT ZOU JE  
DOEN ALS JE  
ZOU DURVEN?



Heb je het moeilijk?  
Hoe maak jij ruimte?

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

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



# LEEF IN DE TEVREDEN TIJD




Heb je het moeilijk?  
Hoe maak jij ruimte?



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





# VEEL PLUIMEN GEVEN STERKE VLEUGELS



Heb je het  
moeilijk?  
Hoe maak jij  
ruimte?

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

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

ZELFS ALS  
NIEMAND JE DAT  
ZEGT, HOU JE  
MEE DE WERELD  
RECHT



Heb je het moeilijk?  
Hoe maak jij ruimte?



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







**JE SNELHEID  
MAAKT NIET UIT,  
VOORUIT IS  
VOORUIT**



Heb je het moeilijk?  
Hoe maak jij ruimte?

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

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

# JIJ LAAT MIJN HART LACHEN



Heb je het  
moeilijk?  
Hoe maak jij  
ruimte?



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





**ALS JE JEZELF BENT,  
BEN JE KRACHTIG.  
ALS JE JEZELF  
AANVAARDT,  
BEN JE  
ONOVERWINNELIJK.**



Heb je het moeilijk?  
Hoe maak jij ruimte?



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



# EEN GLIMLACH PAST ALTIJD



Heb je het moeilijk?  
Hoe maak jij ruimte?



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



IF YOU THINK YOU  
ARE WEIRD, YOU  
ARE:  
WONDERFUL  
EXCITING  
INTERESTING  
REAL  
DIFFERENT



Heb je het moeilijk?  
Hoe maak jij ruimte?



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



**JE BEST DOEN  
IS VEEL  
BELANGRIJKER  
DAN DE  
BESTE ZIJN**



Heb je het  
moeilijk?  
Hoe maak jij  
ruimte?



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







**WIE GEEN  
FOUTEN  
MAAKT,  
MAAKT  
MEESTAL  
NIKS**



Heb je het moeilijk?  
Hoe maak jij ruimte?



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




**KWETSBAARHEID  
DURVEN TONEN,  
MAAKT JE EEN  
STERK PERSOON.**



Heb je het moeilijk?  
Hoe maak jij ruimte?



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



**ZELFS DE  
LAATSTE  
LOPER IN EEN  
WEDSTRIJD, IS  
VOOR ZIJ DIE  
NIET LOPEN**



Heb je het  
moeilijk?  
Hoe maak jij  
ruimte?





# ALLES WAT JE NIET PROBEERT MISLUKT



Heb je het moeilijk?  
Hoe maak jij ruimte?



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





**ZEG HET  
GEWOON  
EENS ALS 'T  
GOED IS**



Heb je het  
moeilijk?  
Hoe maak jij  
ruimte?



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

# VOOR MIJ HOEF JE NIET PERFECT TE ZIJN



Heb je het moeilijk?  
Hoe maak jij ruimte?



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







**ALS JE ALTIJD  
PROBEERT  
GEWOON TE  
DOEN, KOM JE  
NOOIT TE  
WETEN HOE  
FANTASTISH  
JE KAN ZIJN.**



Heb je het moeilijk?  
Hoe maak jij ruimte?



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

**BETER AFGeweZEN  
WORDEN OM WIE JE  
ECHT BENT, DAN  
GEACCEPTeERD TE  
WORDEN OM WIE JE  
NIET BENT.**



Heb je het moeilijk?  
Hoe maak jij ruimte?



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





**WEES GEDULDIG  
MET JEZELF,  
NIETS IN DE NATUUR  
BLOEIT HET HELE  
JAAR DOOR.**



Heb je het  
moeilijk?  
Hoe maak jij  
ruimte?

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

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



**ALS JE  
KWETSBAAR  
BENT, ZIEN  
MENSEN OOK JE  
KRACHT**



Heb je het moeilijk?  
Hoe maak jij ruimte?



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



**HELPEN IS  
IEMAND DE  
KRACHT GEVEN  
ZELF IETS AAN  
HET PROBLEEM  
TE DOEN**



Heb je het moeilijk?  
Hoe maak jij ruimte?



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



# HIER MAG JE LACHEN




Heb je het  
moeilijk?  
Hoe maak jij  
ruimte?



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





A man with a full brown beard and blue sunglasses is smiling. He is wearing a yellow t-shirt. A tattoo of the name 'Martina' is visible on his neck, and another tattoo is on his left arm. The background is a solid light blue color.

**NIET BINNEN DE  
LIJNTJES  
KLEUREN, WEL JE  
EIGEN TEKENING  
MAKEN.**



Heb je het moeilijk?  
Hoe maak jij ruimte?

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

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

**WIE DURFT TE  
VERDWALEN,  
VINDT NIEUWE  
WEGEN.**



Heb je het  
moeilijk?  
Hoe maak jij  
ruimte?



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



# MOEIZAME WEGEN LEIDEN VAAK NAAR MOOIE BESTEMMINGEN



Heb je het moeilijk?  
Hoe maak jij ruimte?

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

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





JE ANGST OM ER  
DOM UIT TE ZIEN,  
IS WAT JE  
TEGENHOUDT.



Heb je het moeilijk?  
Hoe maak jij ruimte?

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

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



**DE SHIT UIT JE  
VERLEDEN IS DE  
MEST VOOR JE  
TOEKOMST**



Heb je het  
moeilijk?  
Hoe maak jij  
ruimte?

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

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

# HET MOOISTE UITZICHT KOMT NA DE ZWAARSTE KLIM



Heb je het moeilijk?  
Hoe maak jij ruimte?



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





# HET BESTE MEDICIJN IS 3X DAAGS EEN COMPLIMENT



Heb je het  
moeilijk?  
Hoe maak jij  
ruimte?



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





**HET ZIJN DE  
DONKERE  
MOMENTEN  
WAAROP JE  
ERACHTER KOMT  
HOE STERK JE  
BENT**



Heb je het moeilijk?  
Hoe maak jij ruimte?

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

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



**BE A  
PINEAPPLE:  
STAND TALL,  
WEAR A  
CROWN,  
AND BE SWEET  
ON THE  
INSIDE**



Heb je het moeilijk?  
Hoe maak jij ruimte?



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