

Challenge your habits  
and change your world

# Jouw Wereld!



Als ouder van een zorgintensief kind ben je vaak 24/7 in touw. De zorg voor je kind en alles wat daarbij komt kijken vraagt continu om jouw aandacht en kan je veel energie kosten. Juist als je het zo druk hebt en je veel van jezelf vraagt, is het belangrijk om goed voor jezelf te blijven zorgen.

Maar hoe doe je dat in jouw hectische, veeleisende leven waarin de zorg voor je kind altijd op nummer één staat?



## Vitaliteitsprogramma

SCAN MIJ

Your World verzorgt speciaal voor jou een vitaliteitsprogramma dat je helpt om lekker in je veel te zitten ondanks je drukke leven en de zorg voor je kind. Het vitaliteitsprogramma geeft je op een unieke, creatieve manier inzicht in wat je nodig hebt om je mentale veerkracht te behouden en helpt je om daar (met luchtige en praktisch haalbare 'challenges') invulling aan te geven.

**Scan de QR-code en schrijf je in!**

info@your-world.nl

[www.your-world.nl](http://www.your-world.nl)

06-18872944