





3. Hoe zou het voor je zijn om een week lang omringd te zijn door de natuur? De rust en stilte?



4. Plan voor jezelf momenten in om in de natuur te zijn. Als je geen natuur in de buurt hebt, zoek hem dan toch op door te kijken naar de bomen, struiken, grassprietjes tussen de stoeptegels.

Maandag

Dinsdag

Woensdag

Donderdag

Vrijdag

Zaterdag

Zondag