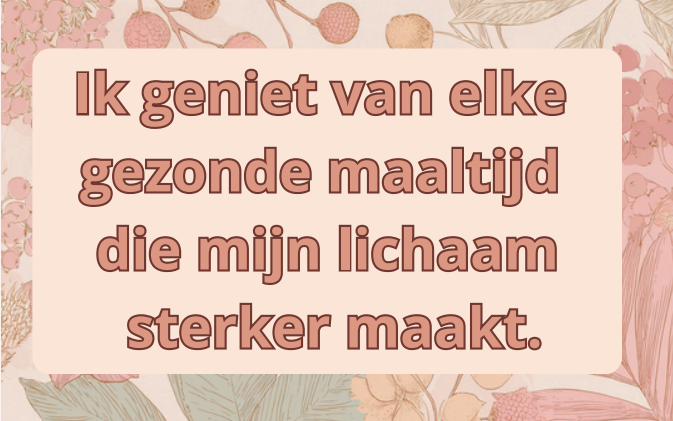




**Ik voel me licht
en energiek
als ik eet wat
goed voor me is.**



**Ik ben trots op
elke gezonde stap
die ik zet.**



**Ik geniet van elke
gezonde maaltijd
die mijn lichaam
sterker maakt.**



**Ik ben trots op
de keuzes
die ik maak**



**Ik vertrouw op
mijn lichaam en
geef het wat
het nodig heeft.**



**Ik hou vol want
het doet mij goed**



**Ik voel me elke dag
sterker, gezonder
en meer in balans.**



**Ik laat oude
gewoonten los
en omarm nieuwe**



**Ik neem dagelijks
de tijd om
iets te doen
wat mij blij maakt.**



**Ik ben het waard
om goed voor
mezelf te zorgen.**



**Ik geniet van
het proces om
gezonder en fitter
te worden.**



**Ik kies voor
liefdevolle
gedachten.**



**Ik ben dankbaar
voor mijn sterke
en gezonde lichaam.**



**Ik ben vrij van
gewoonten die mij
niet langer dienen.**



**Ik kies ervoor
om liefdevol en
geduldig te zijn.**



**Ik waardeer
de kleine dingen
in het leven.**