

De levenshuischeck voor tijdens je wandeling

36 minuten = 3600 stappen

1. Denk na over je fundament. (6 min)

Leef je vanuit de bron? Hoe voel jij je verbonden met God?

Werk aan de winkel? Doe de geloofstalentest en ontdek welke taal bij jouw relatie met God past.

2. Relaties (6 min)

Met wie breng je graag tijd door en van wie krijg je energie? Welke relaties voelen moeizaam en wil je minderen?

Werk aan de winkel? In het membership hebben we prachtige masterclasses over grenzen, prioriteiten en relaties. Als je member wordt, kun je al die masterclasses terugkijken.

3. Werk (6 min)

Hoeveel tijd besteed je per week aan werk en is dat zoals je het graag wilt? Wat zou je anders willen zien en wat is een eerste stap die je kunt zetten?

Werk aan de winkel? Zet die eerste kleine stap richting verandering. Een stap zetten is niet meteen ontslag nemen. Informeer, loop mee, vraag, mail. Begin klein!

4. Vrije tijd (6 min)

Ben jij in je vrije tijd regelmatig alleen?

Werk aan de winkel? Plan tijd alleen in. Een goede vriendin voor jezelf zijn begint met op date gaan met jezelf. Waar gaan jij en jezelf heen?

5. Gezondheid (6 min)

Hoe is het mentaal en fysiek met je? Lukt het je gezonde gewoonten vol te houden?

Werk aan de winkel? Vind je het lastig om goede gewoonten te creëren? Vraag hulp!

6. Delen (6 min)

Waarvan deel je uit? Van je tijd, geld, energie? Kijk naar wat je al doet, dit is geen meetlat. Geven geeft vervulling. Wie kun jij meer zien?

Werk aan de winkel? Bid een poos voor een persoon uit je omgeving en vraag God wat je voor diegene kunt betekenen.

"Onderzoek mij, God, en ken mijn hart;
peil mij, ken mijn gedachten."

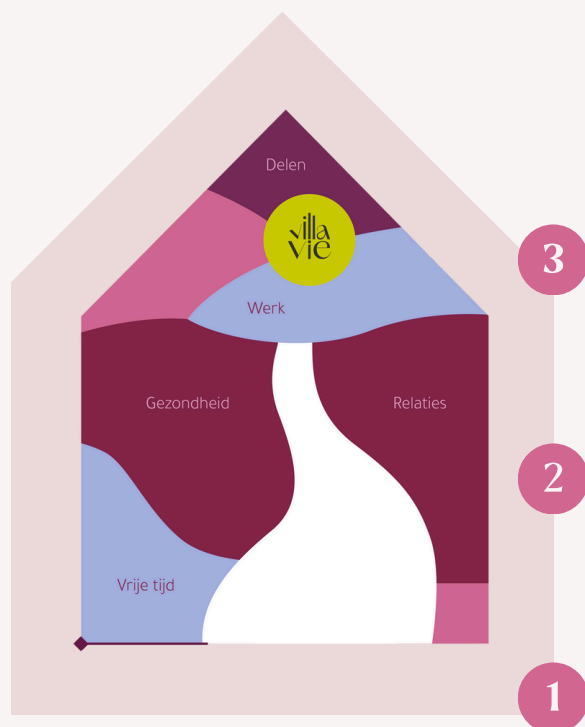
Psalm 139:23



Verder bouwen aan je *levenshuis*?

Je levenshuis bouwen, inrichten en onderhouden.
Dat is de door Villavie ontwikkelde methodiek, die je
in al onze cursussen en het membership terugvindt.

- 1. Een stevige basis bouwen**
Cursus 'Thuiskomen bij God en jezelf'
- 2. Richt je levenshuis in**
Programma 'Je levenshuis inrichten'
- 3. Je levenshuis onderhouden**
Membership



Villavie *podcast*

— met Eline Hoogenboom



Om de week
een aflevering

Luister de Villavie Podcast

Elke week bemoediging, echte verhalen en
praktische inzichten voor een leven dichtbij
Jezus en krachtig in balans.



Villavie – Dichtbij Jezus, krachtig leven