



Wie kan mij helpen?

Plak foto's of tekeningen op van mensen die je kunnen helpen of van wie je blij wordt. Of schrijf hun namen op. Wie kan jou aanmoedigen? Wie kan jou troosten?

Wie kan jou helpen met je huiswerk? Wie is grappig om mee te spelen? Bij wie kun je even langs gaan? Wie kan er bij jou op bezoek komen?

Plak gerust ook een foto van jezelf op – want je bent een belangrijke hulp voor jezelf!

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....