

Schema: Het Levenskompas

Levensgebied	Hoe belangrijk is dit gebied voor je? 0-10	Hoe tevreden ben je op dit moment? 0-10	Indien score <6: Is er een obstakel?	Indien score <6: Doel: wat kun jij doen om score te verbeteren?	Indien score <6: Heb je hulp nodig? Zo ja, van wie?
Familie en/of vrienden		
Partner		
(Vrijwilligers)werk		
Vrije tijd/hobby's		
Gezondheid		
		