

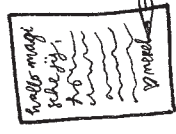
Merel Stegeman



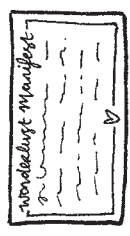
inspirerend
TRAVEL JOURNAL
voor, tijdens & na je reis

KOSM • S

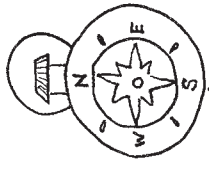
De WONDERLUSTI Roadmap



Een brief van mij voor je



Het wonderlust manifest



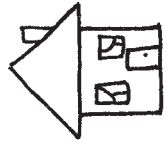
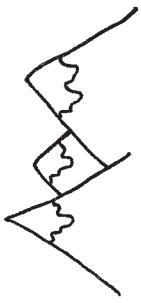
1. Voordat je gaat
+ Tips & tricks





2. Jour Avonture

+ Tips & tricks



3. Weer thuis

+ tips & tricks



← Pagina's met een zwart kader zijn de start van een nieuw gedeelte. Deze pagina's zijn dus ook te herkennen als de wonderkracht dicht is.

De teksten achter zo'n zwarte lijn zijn verdiepende informatie over de vraag op die pagina.



☆ Hallo Magische Jij. ☆

Besef je wel dat je op het punt staat om een geweldige stap in je leven te zetten? Je neemt tijd voor **JEEZELF**.

Door het ontdekken van nieuwe plekken op deze wereld, ontdek je waarschijnlijk ook nieuwe dingen over jezelf. Alleen dat al is iets om **TROTS** op te zijn. Dus voor we verder gaan eerst een **HIGH FIVE** voor jou.

In dit traveljournal vind je verschillende vragen, inspirerende quotes, toffe tips, een paar persoonlijke verhalen en vooral ook genoeg ruimte om zelf te schrijven.

Mijn grootste inspiratiebron voor het maken van dit traveljournal waren mijn eigen reizen. Ik merkte dat elke keer als ik op reis was, ik weer zoveel over mezelf leerde en dat ik (hier) ontdekte wat echt belangrijk voor me was. ☆

Als journalfanaat hield ik ook altijd een traveljournal bij. Ik miste hierin vragen die me inspireerden om ook op een andere ☆

manier te kijken naar alles wat ik van het meemaken was. En omdat ik meestal alleen reisde, miste ik ook een Buddy die me kon opbeuren als het even tegenzat of met wie ik mijn soms gekke en hilarische momenten kon delen. ☆

Dus mag ik je voorstellen van: ☆

Jouw TRAVEL JOURNAL & REISBUDDY in een!

Het Wonderlustjournal heeft 3 gedeeltes:

1. VOORDAT JE GAAT ☆

2. JOUW AVONTUUR ☆

3. WEERTHUIS ☆

Gebruik het zoals je wil: blader erin, beantwoord de vragen van achter naar voren of lukraak een vraag per dag. knip, plak, teken & schrijf erop los. Door het vastleggen van jouw ervaringen en te antwoorden op de vragen, krijg je nieuwe INZICHTEN over jezelf en je leven. Deze nieuwe inzichten helpen je om krachtige keuzes te maken richting het leven van JOUW DROMEN. Wanneer je dichterbij jezelf staat, zal je nog meer STRALEN en daar wordt iedereen blij van. ☆

Ik wens je de meest magische reis, 'merel', ☆

☆
☆ Het
WONDERIJST MANIFESTI ☆
☆

Ik,....., ga mijn ♡ volgen waar plekken
waar ik nog nooit eerder ben geweest & zal
deze plekken zien door nieuwsgierige ogen tot
VERWONDERING.

Mijn dagerende vester, de stralende ☺ & mijn
intuïtie zullen mij vertellen welke kant ik op
ga tijdens dit MAGISCHE avontuur.

Ik STRAAL als nooit tevoren & voel me geïnspi-
reerd door het leven.

Ik SPEEL met de wind & alles wat op mijn pad komt.
Ik ben zo PROTS op wie ik ben. Ik creëer een
avontuur dat ik nooit meer zal vergeten.

Handtekening:

♡ Datum: Plaats:

1. VOORDAT JIE GAAT

1. TRAVEL LIGHT. Het is een leuke uitdaging om te proberen zo weinig mogelijk mee te nemen. Niet alleen omdat je het overal naartoe moet dragen, maar ook om te ontdekken hoe weinig je eigenlijk echt nodig hebt. Mocht je iets vergeten zijn, dan kun je het vaak toch wel ergens kopen.

2. LOVE YOUR LUGGAGE. De eerste keer naar Midden-Amerika nam ik alleen maar donkere kleren mee (lekker praktisch want dan zie je de vlekken minder goed). Terwijl mijn klerenkast alleen maar kleur ademde. O, wat heb ik me ongemakkelijk gevoeld in die kleren. Kortom ga niet voor al te praktisch, maar neem vooral kleren mee waar je je lekker in voelt.

TIPS & TRICKS

wanneer voel jij je als
de **BESTE VERSIE** van jezelf?



↳ { als je je hier bewust van bent, kun je straks
thuis ook vaker mooie dagen gaan creëren!

1

☆ Waar ben je?

☆ met wie ben je?

☆ Hoe voel je je nu?

☆ wat denk je?

☆ Wat ben je open het open?



♥
Wat zie je?

♥
Wat hoor je?

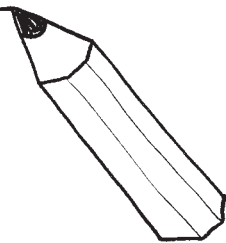
♥
→ Waar ben je nu? ←

♥
Wat ruik je?

♥
Wat proeft je?

datum
plaats

Just WRITE



Reis niet om jezelf te vinden,
maar om je te herinneren.



mijn 5 grootste lessen

1.

2.

3.

4.

5.

WELCOME HOME
vandaag

is het jouw tijd
om te


STRALEN


♥merel



KOSM • S

www.kosmosuitgevers.nl

 *kosmos.uitgevers*

 *kosmosuitgevers*

© 2019 Merel Stegeman/Kosmos Uitgevers, Utrecht/Antwerpen, onderdeel van VBK | media

Tekst en illustraties: Merel Stegeman

Zetwerk en omslag: Marieke Oele

Kosmos Uitgevers vindt het belangrijk om op milieuvriendelijke en verantwoorde wijze met natuurlijke bronnen om te gaan. Bij de productie van het papieren boek van deze titel is daarom gebruikgemaakt van papier waarvan het zeker is dat de productie niet tot bosvernietiging heeft geleid.

ISBN 978 90 215 7246 8

NUR 500

Alle rechten voorbehouden / All rights reserved

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, online-publicatie of op welke andere wijze en/of door welk ander medium ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Noch de maker, noch de uitgever kan echter aansprakelijk gesteld worden voor eventuele schade als gevolg van eventuele onjuistheden en/of onvolledigheden in deze uitgave.

Dit is een anders-dan-anders TRAVEL JOURNAL!

In dit prachtige, met de hand vormgegeven journal ligt de focus niet zozeer op het vastleggen van waar je bent en wat je doet, maar meer op het **ONTDEKKEN** van wat die reiservaringen met jou doen. Met **INSPIRERENDE** vragen vooraf, tijdens en na je reis kom je erachter wat je beweegt, waar je **Blij** van wordt, en welke inzichten je na je reis wilt blijven toepassen.

Op je terugreis is je rugzak dus nog **GEVULDER** doordat je niet alleen de wonderlijke wereld om je heen, maar ook je eigen wonderlijke wereld beter hebt leren kennen.

ISBN 978 90 215 7246 8



9 789021 572468

Het ideale reisdagboek
voor iedere backpacker,
reiziger en verwonderaar