

WERKBLAD:  
JOUW PERSOONLIJKE  
ROUWROUTEKAART



**1. Wat mis ik het meest aan degene die ik ben verloren?**

**2. Welke herinnering maakt me blij en waarom?**

**3. Wat helpt mij op zware dagen?**

**4. Wat voel ik vandaag - fysiek en emotioneel?**

**5. Wie kan ik om steun vragen als het even niet gaat?**

**7. Wat zou ik vandaag kunnen doen om goed voor mezelf te zorgen?**