



WEGWIJS IN JOUW EMIGRATIEDROOM

EMIGRATIE COMPASS





welkom!

Lieve dromer, twijfelaar, denker of doener.

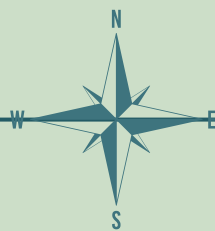
Wat bijzonder dat jij hier bent. Dat je de tijd neemt om stil te staan bij wat er diep vanbinnen in jou leeft.

Dit boekje is niet zomaar een dagboek. Het is jouw kompas, jouw spiegel, en misschien ook jouw duwtje in de rug. Een plek waar je mag dromen, twijfelen, voelen, schrijven en ontdekken. Waar niets 'moet' en alles mag ontstaan.

Je hoeft nog niets zeker te weten. Dit is geen stappenplan of handleiding. Dit dagboek is er om jou te helpen voelen wat voor jou klopt. Om ruimte te geven aan je verlangen naar meer rust, vrijheid, verbinding, en een leven op jouw ritme. Gebruik dit boekje als een vertrouwde plek. Kom ernaar terug wanneer je wil. Vul in wat voor jou klopt, sla over wat je niet raakt. Alles is goed.

En misschien het mooiste van alles: je hoeft dit pad niet alleen te bewandelen. Er zijn zoveel anderen die voelen wat jij voelt. Laat dit dagboek je begeleiden in jouw unieke reis.

Op jouw weg,
Steffy



Inhoudstabel

04 Jouw waarom?

De kern van jouw emigratiedroom.

07 Jouw droomleven?

Visualiseer je toekomst, zonder grenzen.

10 Wat is echt belangrijk?

Jouw waarden als compas

12 Twijfels en obstakels?

Wat houdt je tegen en hoe geraak je erdoor?

14 Actiepunten

Concrete stappen naar jouw nieuwe leven

15 Gedachtenkompas

schrijfruimte voor wat je bezighoudt onderweg

Jouw waarom?

Voordat je nadenkt over waarheen, is het belangrijk om helder te krijgen waarom je deze stap overweegt.

Misschien speelt dit al jaren in je hoofd, of is het idee pas recent ontstaan. Wat het ook is, jouw reden telt.

Dit stuk helpt je om je gedachten op een rij te zetten en jezelf beter te begrijpen.

Beantwoord de vragen hieronder in je eigen tempo. Je hoeft niets perfect te formuleren. Eerlijk is genoeg.

Wat brengt jou op dit punt?

Wat maakt dat je nadenkt over emigreren of beslist hebt om te emigreren?

Wat loopt er vandaag niet zoals je wil?

Wat stoort je, wat wringt, wat voel je dat je mist?

Waar kijk je naar uit in een ander leven?

Wat hoop je te vinden of te creëren?

Wat wil je vooral niet meer?

Welke gewoontes, situaties of omgevingen laat je liever achter je?

Dit is jouw vertrekpunt.

Letterlijk en figuurlijk.

Geen juiste of foute antwoorden gewoon wat nu voor jou klopt.

Hoe ziet jouw droomleven eruit?

Als je even alle regels, meningen en verplichtingen opzij schuift...

Als je zou mogen leven zoals jij dat wil...

Hoe zou je leven er dan uitzien?

Gebruik deze pagina's om een beeld te schetsen van jouw ideale dag, week of leven. Niet om meteen alles te plannen, maar om helderheid te krijgen over wat jij belangrijk vindt.

Stel je voor : het is een gewone dag in jouw droomleven..

Waar ben je?

Hoe begin je je dag?

Wat doe je overdag?

Met wie ben je omringd?

Hoe voel je je aan het einde van die dag?

Wat valt je op?

Wat is anders dan je huidige leven?

Wat zou je vandaag al kunnen veranderen in die richting?

Je hoeft geen pasklaar antwoord te hebben. Deze oefening helpt je richting te geven. Kom er gerust later op terug, of vul aan naarmate je meer inzicht krijgt.

Wat is belangrijk voor jou?

Kernwaarden zijn de dingen die voor jou fundamenteel zijn. Niet wat je denkt dat belangrijk hoort te zijn, maar wat jij diep vanbinnen nodig hebt om je goed te voelen en trouw te blijven aan jezelf. Bijvoorbeeld: vrijheid, rust, verbinding, avontuur, eerlijkheid, eenvoud, autonomie...

Kies 5 woorden uit de lijst die jou raken.

- | | |
|---------------------------------------|-------------------------------------|
| ☐ Vrijheid | ☐ Autonomie |
| ☐ Verbinding | ☐ Plezier |
| ☐ Natuur | ☐ Zingeving |
| ☐ Eenvoud | ☐ Speelsheid |
| ☐ Veiligheid | ☐ Ruimte |
| ☐ Groei | ☐ Balans |
| ☐ Rust | ☐ Vrienden |
| ☐ Avontuur | ☐ ... |
| ☐ Familie | |
| ☐ Creativiteit | |
| ☐ Vertraging | |

Schrijf je 5 kernwaarden hieronder op.

In hoeverre komen deze waarden vandaag al terug in je leven?

Wat zou er veranderen als je leven meer in lijn was met deze waarden?

Deze waarden vormen jouw kompas. Als je keuzes maakt rond emigratie of een nieuwe start, hou dan deze woorden in het vizier.

Twijfels en obstakels

Twijfels horen erbij. Emigreren is geen kleine beslissing. Deze oefening helpt je om die twijfels niet weg te duwen, maar ze in kaart te brengen. Wat staat er tussen jou en je droomleven in? En wat zou je kunnen doen om er bewuster mee om te gaan?

WAT ZIJN JOUW GROOTSTE TWIJFELS OP DIT MOMENT?



WELKE OBSTAKELS ZIE JE VOOR JE?

(Praktische dingen, financiële zorgen, reacties van andere,...)

WAT ZIT ER ONDER DIE TWIJFELS?

(Angst om te falen, spijt krijgen, mensen teleurstellen,..)

WAT ZOU JE KUNNEN HELPEN?

(Concrete stappen, gesprekken, info opzoeken, hulp vragen,..)

Actiepunten

Een droom wordt pas echt als je er beweging in brengt.
Kleine stappen zijn krachtiger dan grote plannen die blijven liggen.
Gebruik deze oefening om helder te krijgen wat jij de komende dagen
of weken kunt doen om dichterbij jouw droomleven te komen, hoe
klein ook.

3 dingen die je deze maand wil doen

Wie of wat kan je hierbij ondersteunen

Wanneer check je terug bij jezelf in?

Deze pagina's zijn geen to-do-lijst onder druk. Ze zijn bedoeld om
jouw beweging op gang te brengen, op jouw tempo, in jouw richting.

Jouw gedachtenkompas

Schrijf hier vrijuit over wat je bezighoudt onderweg

Jouw gedachtenkompas

Schrijf hier vrijuit over wat je bezighoudt onderweg

Jouw gedachtenkompas

Schrijf hier vrijuit over wat je bezighoudt onderweg

Jouw gedachtenkompas

Schrijf hier vrijuit over wat je bezighoudt onderweg

Jouw gedachtenkompas

Schrijf hier vrijuit over wat je bezighoudt onderweg



Thank you!

Je bent nu een paar pagina's verder, misschien zelfs een paar inzichten verder.

Je hebt nagedacht, gevoeld, geschreven. Misschien ook getwijfeld. Dat hoort erbij.

Verhuizen naar een ander land is één ding.

Maar kiezen voor een leven dat echt bij je past dat is misschien wel de grootste stap van allemaal.

Onthoud: je hoeft het niet in één keer te weten. En je hoeft het zeker niet alleen te doen. Blijf in beweging. Blijf trouw aan wat jij belangrijk vindt.

Want wat als het echt kan, he?

Mocht je ooit voelen dat je eens wil sparren, helderheid wil krijgen, of gewoon met iemand wil praten die weet hoe het voelt: je weet me te vinden. Ik geloof oprecht dat dit niet 'zomaar een droom' is. Het is jouw richtingaanwijzer.

Blijf die volgen, op jouw manier en op jouw eigen tempo.

Liefs, Steffy





“EMIGREREN IS ALS
EEN ROADTRIP ZONDER
ROUTEKAART,
VERTROUWEN IS JE KOMPAS.”



Info@steffypaenen.be



[@steffypaenen](https://www.instagram.com/steffypaenen)

© Steffy Paenen, 2025.

Deze inhoud is bedoeld voor persoonlijk gebruik en mag niet zonder
toestemming worden gekopieerd of verspreid.