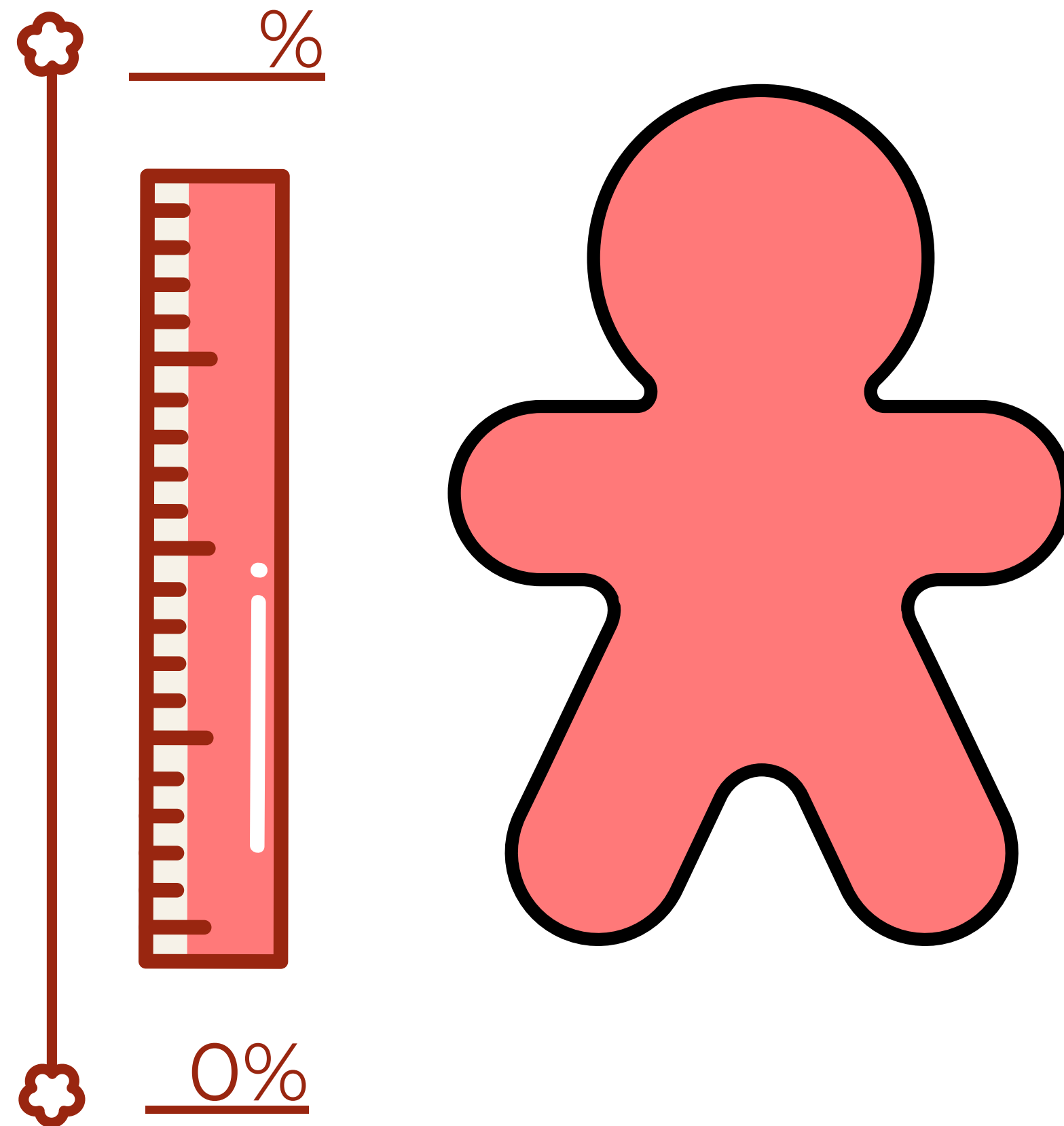


Body batterij

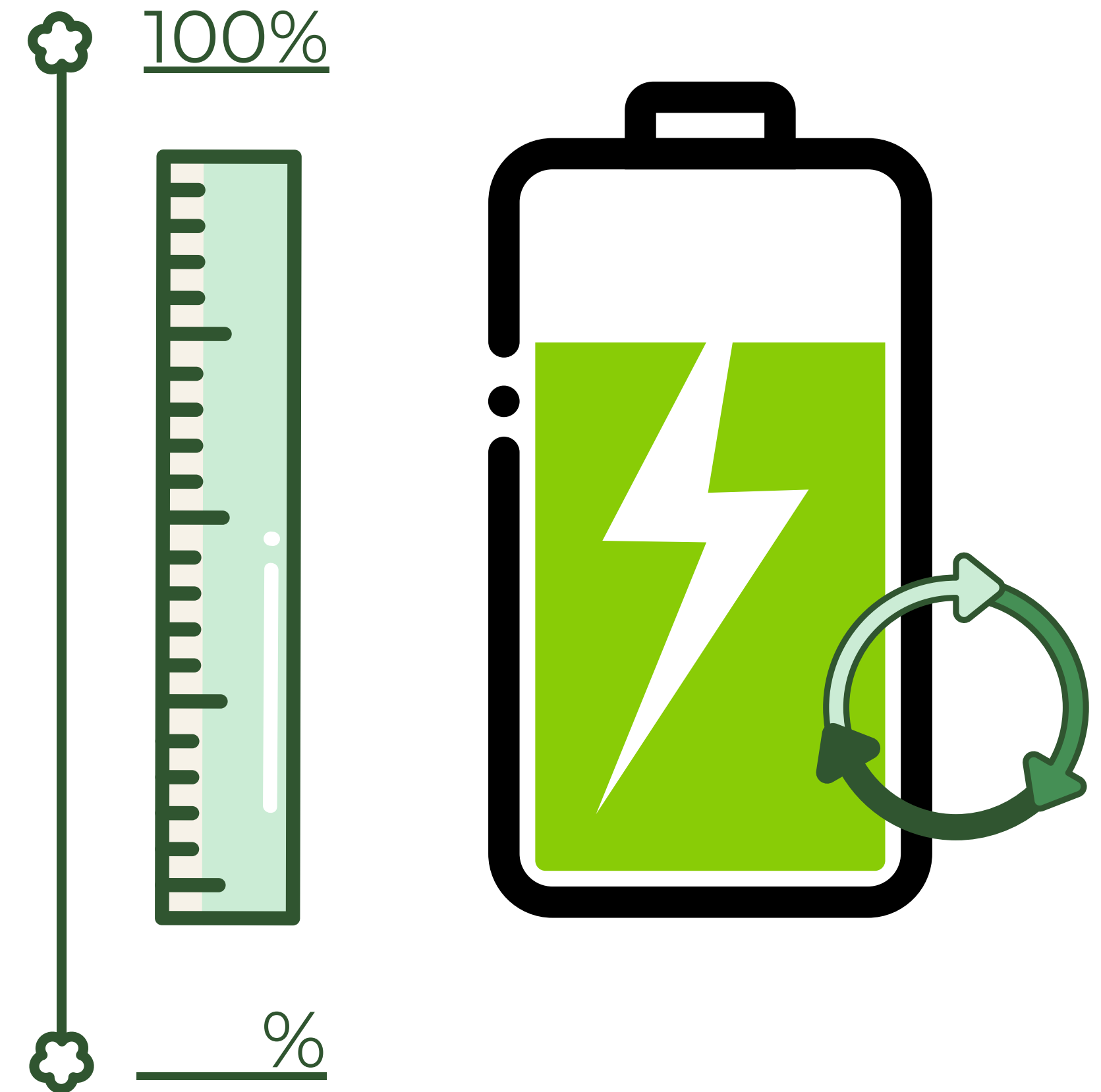
Energie buffer voor kortdurende stressreacties (fight or flight)



- Buffer voor crisismomenten, onvoorspelbaarheid, verandering. Hem bewaken draagt bij tot veerkracht.
- Hier te lang in zitten leidt tot psychische en fysieke klachten, en riskeert op termijn ziekte/burnout.
- Deze batterij herstelt veel trager als hij langdurig uitgeput werd, kan zich uiten als depressie.

Boost batterij

Dynamische batterij voor dagelijks opladen en gebruik



- Voor zowel leuke dingen en verplichtingen, emoties, organiseren, prikkels verwerken, ...
- Deze batterij hoort dagelijks opgeladen en gebruikt te worden
- Herkenbaar als mensen zeggen "ik heb goesting om iets te doen"