

Wij zijn **Ti**, **Mo** en **Thé**.

Helpers van mensenkinderen, dieren en planten.

Als je goed oplet, voel en zie je ons altijd.



HALLO, IK BEN **Mo**
IK BEN EEN HELPER.
JE VOELT MI MEESTAL IN JE HART.
IK BEN ALTIJD BIJ JE.
VOORAL ALS JE SPEELT, OF KNUTSELT OF SCHILDELT.
ALS JE IN DE NATUUR BENT, ZIJN WE GELUKKIG.
MAAR, OOK ALS JE EENZAAM BENT OF JE VREEMD
VOELT BEN IK BIJ JE.



Hi, ik ben **Ti**
Ik ben ook een helper.
Je voelt me meestal in je hoofd.
Ik ben er altijd. Vooral als je
leest of sommen maakt.
Als je op school bent, zijn
we samen super wijs.
Ook als je het moeilijk hebt,
begrijp ik je.



DAG, IK BEN **Thé**
IK BEN DE DERDE HELPER.
JE VOELT ME MEESTAL IN JE BUIK.
IK BEN OOK ALTIJD BIJ JOU.
VOORAL ALS JE TAAKJES DOET.
WIJ ZIJN SAMEN SUPER DAPPER.
ALS ER RUIZIE IS, ZORG IK VOOR JE.

We willen met dit boek samen in een avontuur stappen.

Je laten voelen dat je nooit alleen bent.

Waar, wanneer en met wie je ook bent.

Je tonen hoe je naar je hoofd, je hart en je buik
kan luisteren. Hoe je fantasie je kan helpen om tot rust
te komen. Je innerlijke stemmetje te volgen.

De dingen te doen die speciaal van jou zijn en dus
bij jou horen. In je kracht te staan en er gewoon
voor te gaan.



Heb je zin in een avontuur?
Je kan samen met *Ti, mo* en *Thé*
een spannende reis maken.
Zet je op een knusse plaats.
Adem een paar keer diep in en uit.
Word maar heel rustig.
Je bent niet alleen.
Ti, mo en *Thé* gaan mee op stap.
Daar ga je dan.

Je wandelt buiten op je blote voeten.
De grassprietjes kietelen tussen je tenen.
Dat is een fijn gevoel.
Je buik kriebelt er ook door.



Er groeien hier honderden gele, witte, oranje en blauwe bloemen.

Je snuift eens diep.

Wat een heerlijke geuren!

Je raakt ze één voor één met je handen aan.

De blaadjes zijn een beetje vochtig.



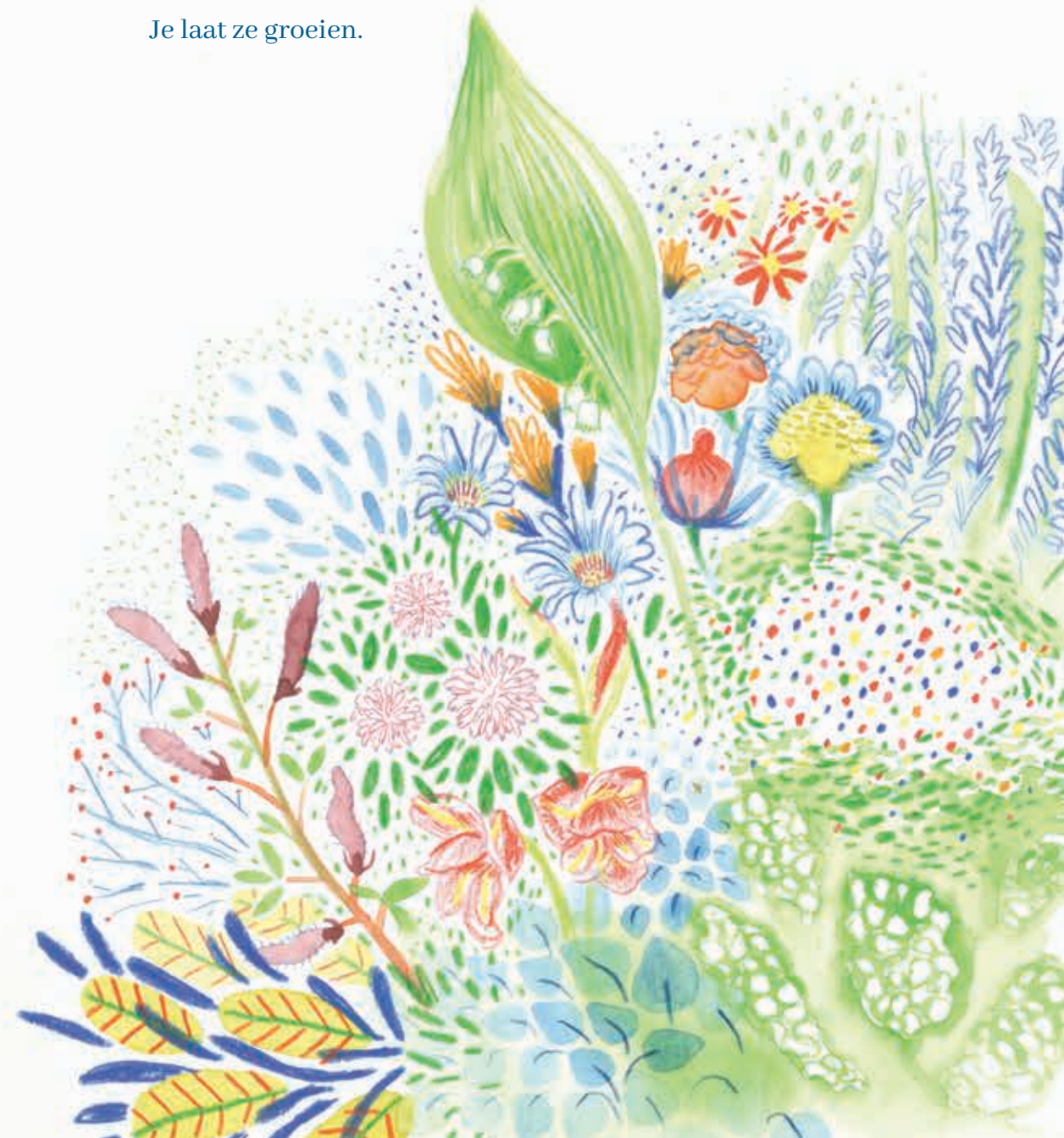
Sommige zijn fijn, andere wat dik.

Sommige zijn licht gekleurd, andere wat donker.

Sommige zijn zacht, andere wat ruw.

Ze zijn allemaal verschillend en allemaal even mooi.

Je laat ze groeien.



Terwijl je verder wandelt, voel je de zon die op je schijnt.
Die gele lichtbol verwarmt je hoofd, je gezicht,
je hals, je schouders, je armen, je handen,
je vingers, je rug, je buik, je billen, je knieën,
je kuiten, je voeten en zelfs je kleine tenen.
Dat doet zo'n deugd!
Je wordt er een beetje slaperig van.



Sierlijke vogels vliegen hoog in de lucht.
En daar ... tussen de bomen,
huppelen kleine konijntjes.
Ze komen tevoorschijn uit hun holletjes
en verdwijnen er weer in.
Ti, Mo en *Thé* zijn hier ook.





Je bent nieuwsgierig om te weten
hoe een ondergrondse tunnel eruitziet.
Dus gaan we ons samen heel klein maken
en ook in een konijnenpijp kruipen.

Je bent helemaal niet bang want

je ziet daar beneden een lichtje branden.

Aan de ingang is een lange glijbaan.

Heel spannend!

Je glijdt om beurt

naar beneden.

