

FUTURE FRIDAY APP

Gefeliciteerd! Je hebt een Toekomstkamer® gemaakt en via je VRandercoach een uitnodiging ontvangen voor de Future Friday app. Download de app op je mobiel, maak een account aan, geniet van je toekomstbeelden, maak er video's van en vier je successen. Als je wekelijks naar je beelden kijkt en een kleine stap zet, dan haal je je toekomst naar het nu.

De Future Friday app draait vanaf Android 8 en iPhones iOS15 en is beschikbaar voor iedereen die een Toekomstkamer® heeft gemaakt.

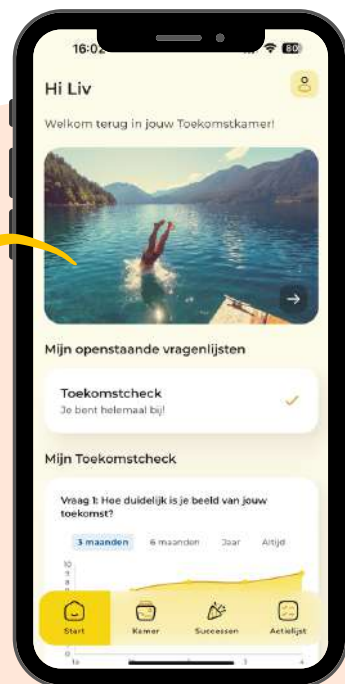
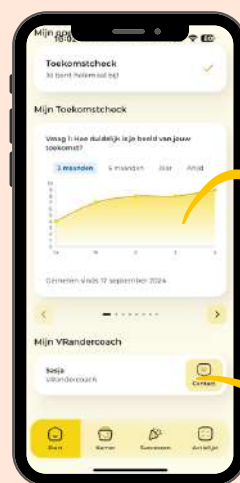
TOEKOMSTKAMER

Bekijk in je eigen KAMER je toekomstbeelden, bepaal met de pijltjes de volgorde, voeg met de + nieuwe beelden en memo's toe en maak je eigen MindMovies. Geef je favoriete beeld een ster of zet hem bovenaan zodat hij in je startscherm verschijnt.



START

Kies je favoriete beeld (geef dat beeld een ster).



Je VRandercoach zet de cijfers die je tijdens de sessies hebt gegeven in de app. Na het traject ontvang je af en toe een reminder zodat je je ontwikkeling kunt blijven volgen.

Neem eenvoudig contact op met je VRandercoach.

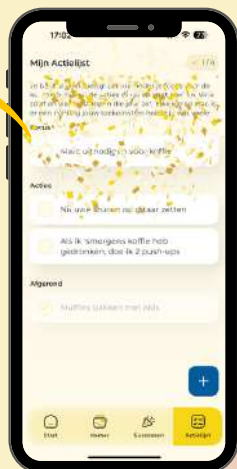
SUCCESEN

Upload bij SUCCESSEN foto's van de kleine stappen die je zet en maak er een video van. Maak bijv elk jaar een video en zie hoe je met kleine stappen je eigen toekomst realiseert.



ACTIES

Hoe kleiner de acties hoe beter. Zet je focus voor de komende periode en je (alsdan) acties in de app. Actie klaar? Vink hem af en vier je succes! Elke stap, hoe klein ook, is er eentje richting jouw toekomst. Acties verwijderen? Swipe ze dan naar links.



MINDMOVIE

Maak eenvoudig een video van je toekomstbeelden of successen. Selecteer de beelden waarvan je een video wilt maken, geef je video een titel, kies muziek, stel de afspeelsnelheid in en geniet van waar je naartoe wilt óf van de stappen die je al hebt gezet.

