

My Resource List

This list reminds me of all the amazing tools and resources I have access to, especially in times of stress, trauma or illness.

4																																																					
V																																																					
V	•	•	•	•	•	•	• •	•	•	•	•	•	• (•	•	•	•	•	•	•	• •	•	•	•	•	•	•	• •	•	•	•	• (• •	•	•	• (•	•	•	•	• •	• •	•	•	•	• (• •	•	•	•	• •	•	
V	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	• •	•	•	•	•	•	•	•	• •	•	•	•	•	•	•	• •	•	•	•	• (• •	•	•	• (•	•	•	•	• •	•	•	•	•	• (• •	•	•	•	• (•	
Y	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	• •	•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	• •	•	•	•	• (• •	•	•	• (•	•	•	•	• •	•	•	•	•	•	• •	•	•	•	• (
Y	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	• •	•	•	•	•	•	•	•	• •	•	•	•	•	•	•	• •	• •	•	•	• (• •	•	•	• (•	•	•	•	• •	• •	•	•	•	•	• •	•	•	•	• (•	
Y		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	• (•	•	•	•	•	•	•	• •		•	•	•	•	•	• •	•	•	•	• (• •	•	•	• (•	•	•	• •	•	•	•	•	• (• •	•	•	•	• (
V		•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	• •	•	•	•	•	•	•	•	• •		•	•	•	•	•	•	•	•	•	• (• •	•	•	• (•	•	•	• •	• •	•	•	•	• (• •	•	•	•	• (
V																																																					
V																																							•	•	• •	•	•	•	•	• (• •	•	•	•	• •		
4	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	• •	•	•	•	•	•	•	• (•	•	•	•	•	•	• (•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	• •	•	•	•	•	•	• •	•	•	• (• •			
	•	•	•	• •	•	•	•	•	• (•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•	•	•	•	• •	•	•	•	•	• (•	•	•	•	• •	•	•	•	•	•	•	•	•	• •	•	•	•	•	1000	Vec at	30		6