

*den Keller
enttrumpeln*

MEHR ZEIT
MIT
FREUNDEN
VERBRINGEN

JEDEN
MORGEN
GESUNDES
FRÜHSTÜCK

*eine Buchliste
mit Lieblingsbänden
erstellen und lesen*

*Makramée
lernen*

den Moment
geniessen

*mehr
Selbstfürsorge*

**einen
Yoga Kurs
besuchen**

**MEHR
ZEIT
IN DER
NATUR**

*weniger
Plastikmüll
produzieren*

*Life Work Balance
eine gute
schaffen*

**mehr
Familien-
Zeit**