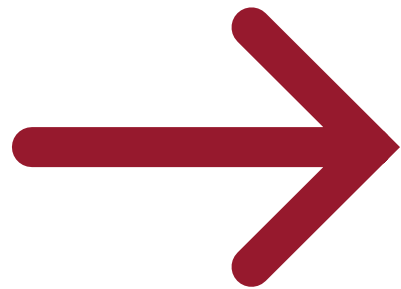


WIE

MAN

2024

LIEBT



Unterschätze niemals
die Macht der kleinen
Gewohnheiten

Ziehe drei beliebige #-Karten, sie sind Ausgangspunkte für das, was du mehr in 2024 machen magst. Klebe sie über deinen Schreibtisch, an den Badezimmerspiegel, hab sie auf dem Telefon. Es dauert 60 Tage, bis sich eine neue Gewohnheit geformt hat ... wähle mehr, wenn du bereit bist.

SAGITTA

#redenettmitdir

#träumen

#spazierengehen

#loslassen

#imjetztsein

#bauchgefühl

#umarmung

#snack

#durchatmen

#teepause

#diekleinendinge

#achtsamkeit

#tanzen

#weinen

#listemachen

#aufräumen

#dehnen

#glaswasser

#lächeln

#bücherlesen