Mein "Ich tu mir was Gutes" Advent

24 kleine Auszeiten, die gut tun.

- ☐ Etwas machen, was dir gut tut.
- ☐ Laut Musik hören.
- ☐ Dich im Spiegel anlächeln.
- ☐ Einen Weihnachtsfilm schauen.
- ☐ Dir ein Kompliment machen.
- ☐ Lieblingsmenschen anrufen & quatschen.
- ☐ Wild tanzen.
- ☐ Dir was gönnen.
- ☐ Verschicke eine Postkarte.
- ☐ Kerzen an, gemütlich machen.
- ☐ Auf den Weihnachtsmarkt gehen.
- ☐ Glühwein oder Punch trinken.
- ☐ Augen schließen und an etwas Schönes denken.
- ☐ Dich selbst umarmen.
- ☐ Einen Weihnachtswunsch flüstern
- ☐ Süßes naschen.
- ☐ Ein Lied laut mitsingen.
- ☐ Kuschelsocken anziehen.
- ☐ Raus gehen, Sterne gucken.
- ☐ Etwas Neues machen.
- ☐ Plätzchen backen oder essen.
- ☐ Eine Glitzerdeko muss her.
- ☐ Was Leckeres kochen oder bestellen.
- ☐ Dich und dein Leben feiern.

helpfully