

TIME TO MAKE HIGHLIGHTS

Dein Weg durch den Lockdown im Januar



Montag

18

Nimm dir ein paar Minuten Zeit und denke an eine Person, die dir sehr am Herzen liegt!

Dienstag

19

Social Distancing... gilt nicht für Bäume!
Umarme einen Baum!

Mittwoch

20

Tanze/Lerne den „Jerusalema Tanz“ und sei einfach für ein paar Minuten fröhlich!

Donnerstag

21

Lass dir heute dein Lieblingsessen kochen!
(Oder koch es dir selbst!)

Freitag

22

Sage zu / Schreibe jemandem „Schön, dass es dich gibt!“

25

Mache einen Spaziergang und genieße die frische Luft/ die Natur!

26

Schreibe einen Brief oder eine Postkarte an deine Großeltern oder Eltern!

27

Gehe heute zufrieden und mit einem Lächeln durch den Tag!

28

Höre deine Lieblingsmusik und mache es dir gemütlich!

29

Es gibt nichts Gutes, außer man tut es!
(Gehe für jemanden einkaufen oder hilf im Haushalt!)