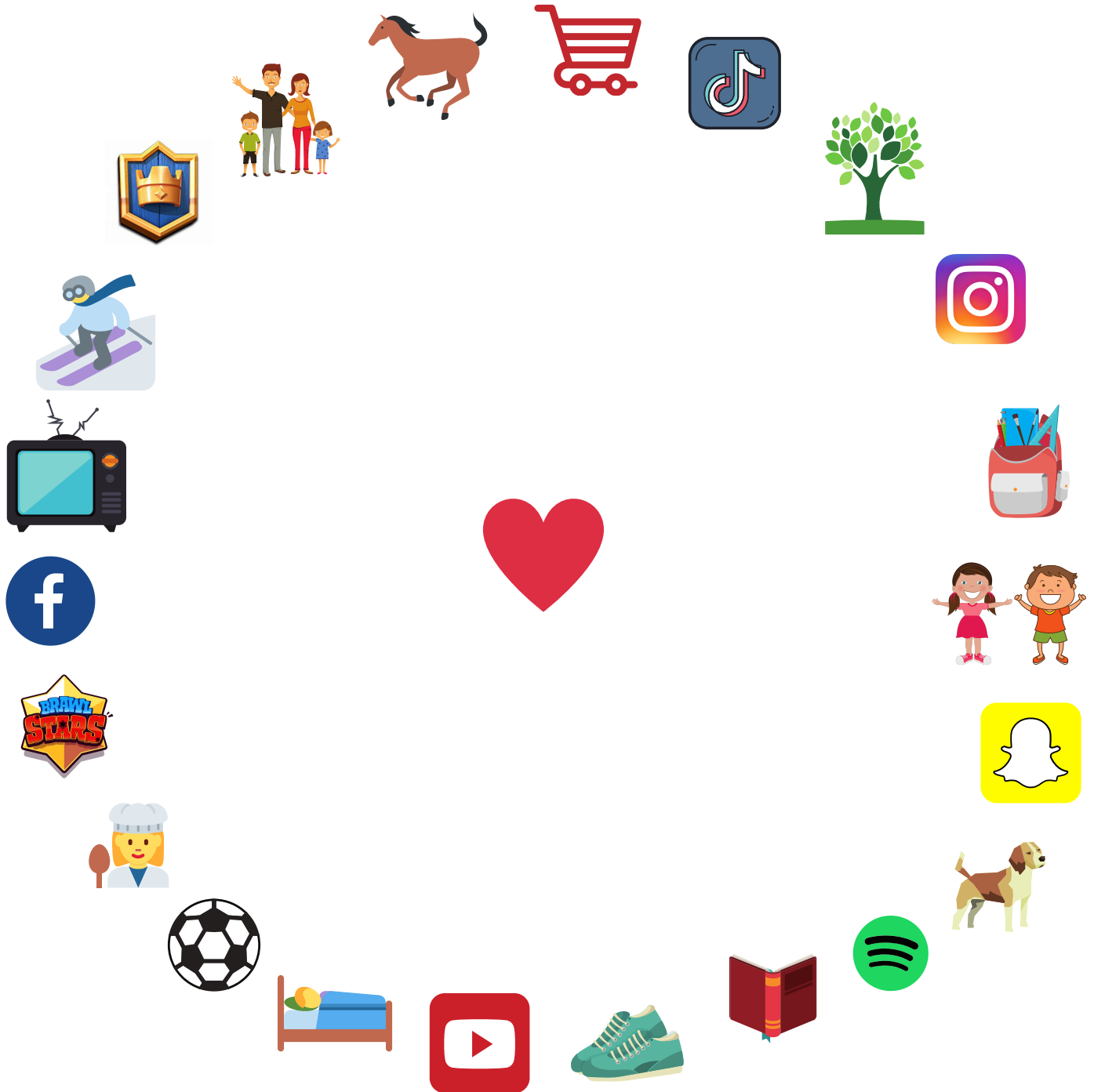


SWITCH OFF! Zeiträuber und Energiegeber



1. Verbinde das Herz mit einem grünen Stift mit allem, was Dir Energie und Freude schenkt.
2. Verbinde das Herz mit einem roten Stift mit allem, was Dir Zeit und Energie raubt. Natürlich können auch rote und grüne Linien zu einem Symbol führen, denn manches hat sowohl gute, als auch schlechte Seiten.
3. Erkenne, was Dir gut tut und was nicht – und versuche mehr Zeit mit Deinen Energiegebern zu verbringen! 😊