



Deine Fantasie

Versuche, an einem Tag in der Woche etwas anders zu machen als gewohnt. Notiere dir unten, wie du dich dabei gefühlt hast oder ob du vielleicht neue Ideen entwickelt hast, um zu improvisieren.

Anregungen wären:

- Andere Hand für längere Zeit benutzen
- Um eine ganz andere Uhrzeit als normalerweise aufstehen
- Fahre mit einem anderen Fortbewegungsmittel zur Arbeit/zur Uni/zur Schule/zu Terminen
- Keine soziale Medien/Fernsehen/Handy
- Einfach nur mal Stille und Nichtstun



A large, empty rectangular box with a thick orange border, intended for writing notes or observations.