

SELBST PFLEGE

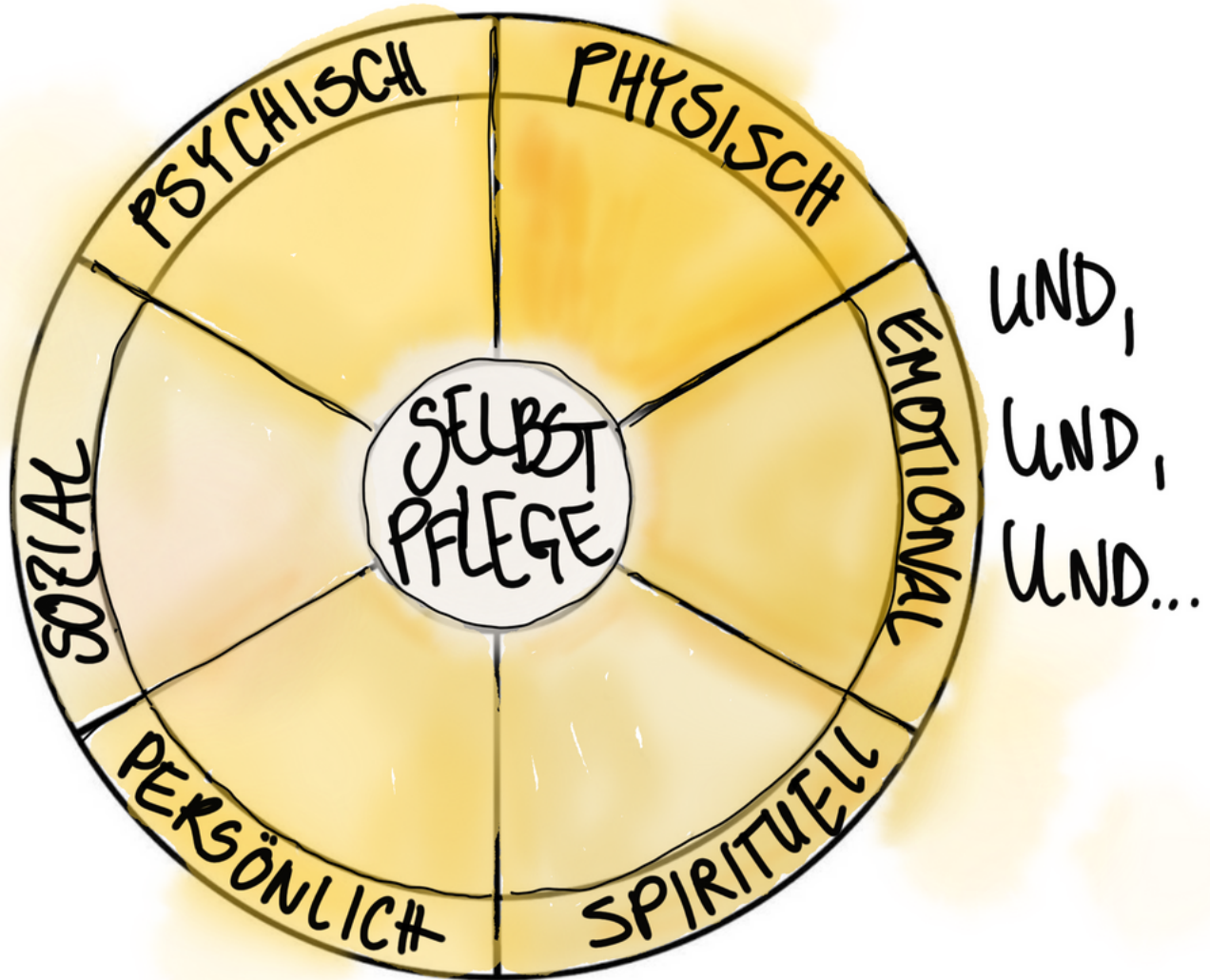


ist genau das Richtige für mich!



Ausdrucken und benutzen erwünscht!

nur für mich...



Fragen, die mich unterstützen können, nachzusinnen, was mir wohl tut, worauf ich meine Aufmerksamkeit lenken möchte

Welchen Anteil haben diese Bereiche in meinem bisherigen Leben?

Wie wichtig sind mir diese Bereiche?

Wie fülle ich sie bisher, möchte ich sie gern füllen?

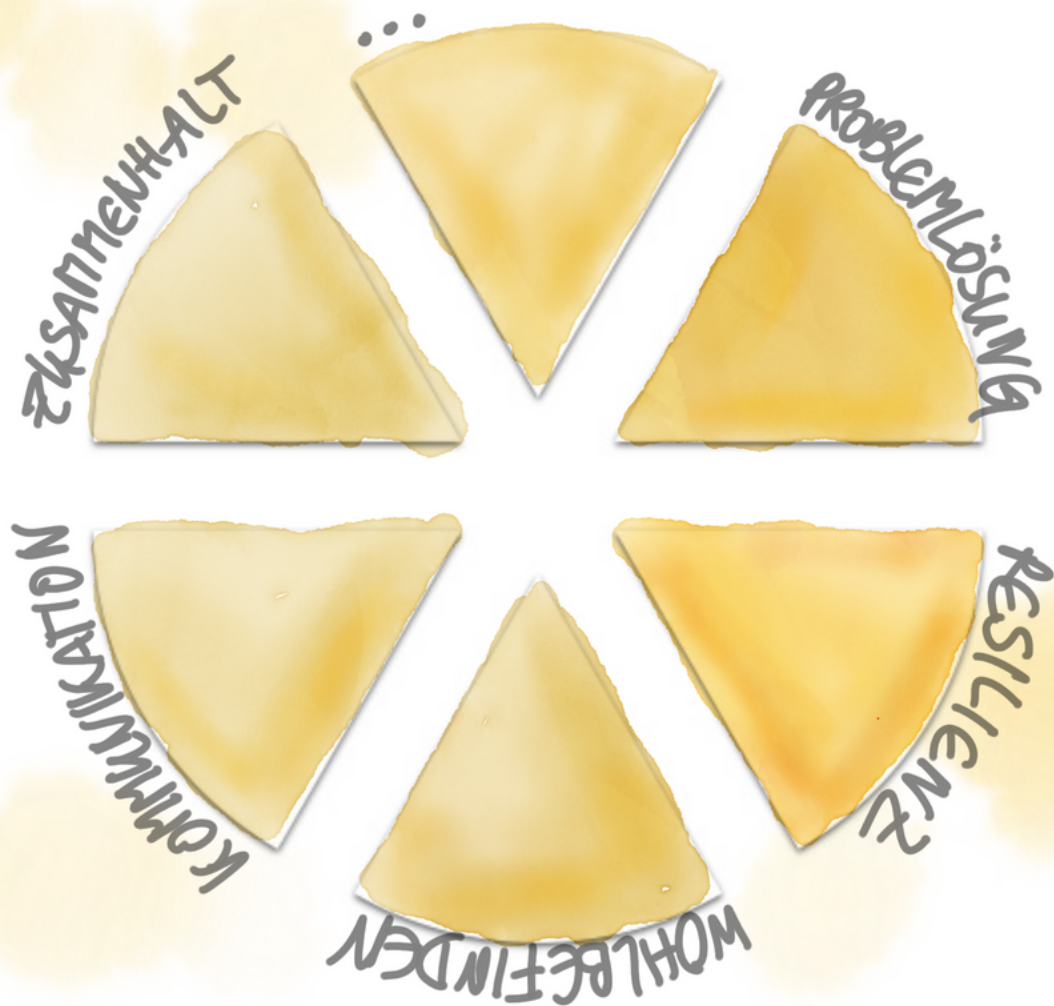
Welche sind mir wichtiger als andere?

Wie möchte ich sie zukünftig füllen, um mich lebendig zu fühlen?

Welche möchte ich vielleicht ergänzen?

Wie geht Selbst-Pflege im Team?

Was brauche ICH für...
Was brauchen WIR für...



How-to

Tortenstücke ausdrucken, ausschneiden, ergänzen und im Team verteilen

Zeit in den Teamsitzungen nehmen und gemeinsam Ideen dazu entwickeln

Keep in mind - just do it!

Was gerade am meisten gebraucht wird...

