

Kapitelüberblick: Kapitel 2

Einkaufen mit Erlebnisfaktor



Na, hat dich das Kapitel inspiriert?

Dann kommt jetzt der beste Teil: ausprobieren, testen, Spaß haben!

Hier kannst du festhalten, was dich begeistert hat, was du testen möchtest - und was du als Erstes ganz entspannt angehst.

Mach's nicht kompliziert - Hauptsache du kommst ins Tun.

Mach es leicht, mit Freude und auf deine Weise.

Das nehme ich aus diesem Kapitel mit:

Was hat dich besonders angesprochen?

Was möchtest du im Alltag mal ausprobieren?

Welche kleine Veränderung fühlt sich heute schon gut an?
(Nicht morgen, nicht perfekt – einfach heute.)

Diese Familienaktionen klingen spannend:

Was könnte eurer Familie Spaß machen? Markiere einfach, worauf ihr Lust habt!

Welche der vorgestellten Aktionen passen zu euch?

- ☐ 1. Routineeinkauf: Grundeinkaufsliste erstellen
- ☐ 2. Genuss-Einkauf: Einkaufen als Event
- ☐ 3. Delegierter Einkauf: Gemüse-Abo, Lieferservice oder Abholservice
- ☐ 4. Spielerischer Einkauf: Einkaufsrallye
- ☐ 5. Pädagogischer Einkauf: Zucker-Detektive
- ☐ 6. Zuckerausstellung
- ☐ 7. Bestimmter Einkauf: Aussuchen und Wiegen
- ☐ 8. Ursprünglicher Einkauf: Wochenmarkt und Bauernhof
- ☐ 9. Exotischer Einkauf: exotische Läden besuchen



Diese eine Sache mache ich zuerst:

Wenn du alles auf einmal willst, mach's wie beim Buffet: Fang mit einem Lieblingshappen an!

Mein erster Schritt in den nächsten 3 Tagen:
