

Kapitelüberblick: Kapitel 4

Ein Tisch und 1000 Möglichkeiten



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. Vorspeisentrick
- 2. besondere Teller
- 3. Zauber-Wasser
- 4. Tischsets
- 5. Blumen & Kräuter-Deko
- 6. essbare Blüten
- 7. eine andere Sitzordnung
- 8. Picknick im Wohnzimmer
- 9. WInterpicknick draußen im Freien
- 10. Schneespiele mit der Familie



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: