Mein Ruhe-Ort

So sieht mein ganz besonderer Ort aus,
an dem ich zur Ruhe komme und mich wohlfühle.
Male oder zeichne deinen Ruhe-Ort.





♡ Was macht diesen Ort für mich so besonders? ♡

Was sehe ich dort?

Was höre ich dort?

Wie fühle ich mich dort?

Was hilft mir dort?

Was kann ich dort tun?

Wann brauche ich diesen Ort?

♡ Es ist wichtig, auf mich und meine Bedürfnisse zu achten.
Ich darf mir Ruhe nehmen. Ich darf ich sein. ♡

