



# *Zeit für dich*

Ich wünsche dir  
kleine Oasen der Ruhe,  
in denen du immer  
wieder etwas Zeit für dich  
findest. Genieße die  
Momente der Muße,  
die dir geschenkt sind.

# Grenzen ziehen

»Könntest du mal eben schnell ...«

»Nein!«





# *Denk an dich*

Lass alle Fünfe  
gerade sein, pfeif auf  
deinen Terminkalender,  
strahle mit der Sonne  
um die Wette und denke  
einmal nur an dich!

---

*Die Seele  
baumeln lassen*

---

Eins zwei drei im Sauseschritt,  
läuft die Zeit ...  
... und ich laufe nicht mit.  
Ich habe nämlich schon etwas Besseres vor!

