

Selbstfürsorge Bingo

für _____



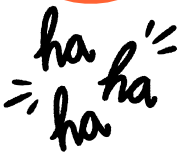
ein
Heißgetränk
genießen



etwas Nettes
zu jemandem
sagen



etwas Neues
ausprobieren



zusammen mit
jemandem
lachen



einen Erfolg
feiern



ein
Lieblingslied
anhören



zu etwas Nein
sagen, ohne
schlechtes
Gewissen



genügend
Wasser trinken



Zeit in der
Natur
verbringen



JUGEND
GRÜNDET