



**21. Dezember 2025**

**Positive Worte für dich:**

♥ Heute bewusst mehrmals  
etwas Positives  
zu dir selbst sagen –  
z. B. „Ich bin fähig“,  
„Ich mache mein Bestes“  
oder  
„Ich bin wertvoll“.

Diese kleinen Bestärkungen stärken dein Selbstvertrauen  
und deine innere Haltung. ✨