



**5. Dezember 2025**

**Freundliche Worte an dich!**

♥ Versuche dich heute mehrmals bewusst selbst zu loben –  
für kleine und große Dinge.  
Erkenne an, was du tust, wie du fühlst  
und wie du deinen Tag meisterst.

Jedes liebevolle Wort stärkt deine innere Haltung. ✨