

STARK WIE EIN BAUM

Ein Baumposter gestalten



MACH DIR DEIN
FAMILIENLEBEN ZUR



WICHTIG ZU WISSEN

Bäume brauchen den Wind, der ihnen um die Zweige bläst, weil dies ihrem Wurzelsystemen hilft, tiefer zu wachsen. Und ein tieferes Wurzelsystem braucht der Baum, um richtig hoch in den Himmel wachsen zu können. Mit anderen Worten, der Baum freut sich über den starken Wind, weil er ihm hilft, STÄRKER zu werden!

So ähnlich machen uns auch unsere Herausforderungen im Leben stärker! Anstrengende Erfahrungen, mit denen wir heutzutage konfrontiert sind, entwickeln unseren Charakter und unsere Denkweise und vertiefen unsere Wurzeln.

WENN WIR TIEF IN DIE ERDE WACHSEN, STEHEN WIR GROß UND STARK IN
UNSEREM LEBEN, EGAL, WELCHER WIND GERADE UM UNS TOBT!

Stellen wir uns vor, dass jeder von uns ein Baum ist. All die Herausforderungen, vor denen wir stehen, sind wie der Wind, der den Baum biegt und hin und her bewegt. Aber wir Bäume stehen, trotz des Windes, stark da. Das können wir so gut, weil wir ein starkes Wurzelsystem (Unterstützung) haben.

Was könnte diese Unterstützung sein?

Familie

Freunde

Haustiere

Unser MINDSET

positive Gedanken

gutes Essen

Überzeugungen

Werte

Und alles, was dich sonst noch gut stärkt...

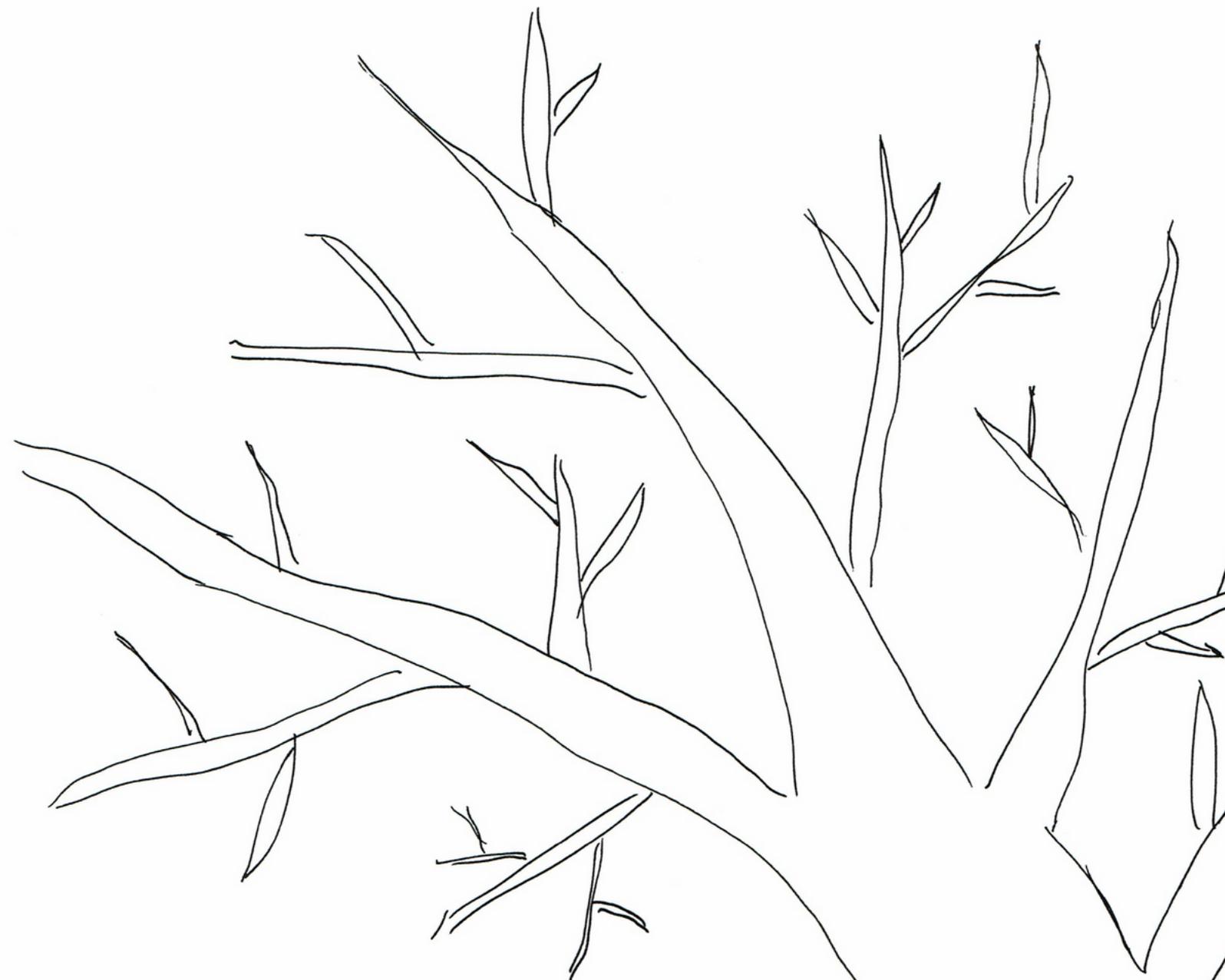
Kreiert euer eigenes Baumposter aus 4 Seiten:

Stell dir dein Leben als Baum vor! Die liebevollen Erwachsenen, Lehrer, Freunde, deine guten Gedanken und Werte sind Wurzeln, die dich ganz stark halten. Herausforderungen, denen du gegenüberstehst, sind wie der Wind. Aber trotz der Herausforderungen, stehst du aufgrund deiner tiefen Wurzeln stark und groß da! Und wächst immer weiter!

- 1 Drucke die 4 Seiten des Posters aus
- 2 Innerhalb der gestrichelten Linien verteilst du Kleber
- 3 Richte die Kanten aus und klebe die Seiten des Posters aneinander.
- 4 Zeichne oder schreibe neben den Wurzeln Menschen, Dinge, Tiere, Gedanken und Werte, durch die du dich geliebt und unterstützt fühlst.
- 5 In die Baumkrone male Wind. Der verkörpert die Herausforderungen, denen du gegenüberstehst. Deine Herausforderungen kannst du an deinen Wind schreiben oder malen.
- 6 Male das Poster in deinen Lieblingsfarben an



Viel Freude dabei!



STARK



WIE



EIN

HIER ZUSAMMENKLEBEN



BAUM

MACH DIR DEIN
FAMILIENLEBEN ZUR



Herzbildung ist unsere Herzsache. Deshalb bündeln wir bei HERZSACHE wunderbare Angebote, Online-Kurse sowie jede Menge kostenfreien Input für Dich. Nutze diese um mehr Achtsamkeit & Selbstliebe in dein Leben zu integrieren. Und in das deiner Kinder.

“Meine Vision ist es: irgendwann in jedes Leben, zu jedem Kind, zu jeder Familie, jedem Lehrer auf dieser Welt Zugang zu sich selbst zu bringen, die wichtigen Fragen des Lebens zu beantworten und Achtsamkeit und Selbstliebe in das Leben zu integrieren.”

Tina Richter, Gründerin von HERZSACHE

... und vergiss niemals



BLEIB IN KONTAKT



<https://herzsache.jetzt>



[@herzsache.jetzt](https://www.instagram.com/herzsache.jetzt)



[@herzsache](https://www.youtube.com/channel/UC...)