

Kärtchen an der Kante der Treppe befestigen (lesbar beim Treppe hochgehen) (BLAU)

Was macht dich müde?

Wer zerrt gerade alles an dir?

Wo fühlst du dich matt?

Was zieht dich runter?

Was ist anstrengend?

Wo erlebst du Konflikte?

HARRE AUF DEN HERRN

Im Stillen kannst du Gott die Fragen, die dich noch beschäftigen sagen. Wir sind alle müde und matt. Das hat einen Platz bei Gott und ist okay!

Atme nach dem Gebet dreimal tief aus- und ein und starte dann den Weg nach unten.

Kärtchen auf der Stufe befestigen, so dass sie auf dem Weg nach unten lesbar sind. (GELB)

Was gibt dir Motivation?

Was macht dir Freude?

Was bringt dich in Bewegung?

Was brauchst du, um loszulaufen?

Was würdest du gerne mal wieder tun?

Unten an der Treppe auf dem Boden legen (ORANGE)

**Blicke einmal deinen Weg entlang
und überlege, wie diese Wendung
bei dir auch im Alltag geschehen
kann.**