

In einem Jahr ist alles möglich!

12-MONATS-PROGRAMM

Selbstwirksamkeit

- Wie gut geht es Dir wirklich?
- Du bist, was Du täglich tust.

Selbstfürsorge

- Du bist, was Du isst.
- Bewege Dich, um anzukommen.
- Dein Leben folgt einem Rhythmus.
- Du bist ein Teil der Natur.
- Berühre Deine Seele.
- Schließe Frieden mit Deinem Körper.

Selbstvertrauen

- Wer bist Du?
- Wer möchtest Du sein?
- Wer ist in Deinem Leben?
- Bleibe nur bei Dir selbst.
- Wo möchtest Du hin?
- Sei gütig mit Dir selbst.

Selbstbewusstsein

- Du bist, was Du erlebt hast.
- Was denkst Du über Dich?
- Woher kommt Deine Kraft?
- Dein wertvolles Leben.

Selbstverständnis

- Durchlebe Deine Gefühle.
- Finde inneren Frieden.
- Halte Kontakt zu Dir selbst.

Selbstbestimmung

- Wie reich bist Du?
- Geld ist Energie.
- Du bist für Dich verantwortlich.
- Dein Damals ist wichtig
- Was willst Du genau?
- Deine Zukunft spricht mit Dir.
- Alles liegt in Dir.

Selbstverwirklichung

- Lass los, was Dich runterzieht.
- Schütze Dich und Deine Zeit.
- Sprich Deine Wahrheit gelassen aus.
- Finde Dein Ziel.
- Stell Dir vor, es ist möglich.
- Wo die Freude ist, ist Dein Weg.
- Sei mutig und finde Verbündete.

Selbstliebe

- Weiblichkeit ist Deine Kraft.
- Du bist ein sexuelles Wesen.
- Ein Ich, ein Du, ein Wir.
- Die Beziehung, die zu Dir passt.
- Sei die Partnerin, die Du Dir wünschst.

Selbstwert

- Vertraue Deiner inneren Stimme.
- Vertraue Dir selbst.