

TIME TO MAKE HIGHLIGHTS

Aufblühen während des Lockdowns im Februar

Montag

1

Mache 20 Minuten Sport deiner Wahl

8

Versuche, so wenig Plastikmüll wie möglich zu produzieren

15

Schalte am Abend für zwei Stunden dein Handy aus – Genieße diese wertvolle Zeit

Dienstag

2

Gib jemandem ein Kompliment

9

Spiele mit deiner Familie ein Gesellschaftsspiel

16

Male ein Bild oder ein Mandala aus

Mittwoch

3

Probiere ein Puzzle, Kreuzworträtsel oder Sudoku

10

Schreibe deiner Lieblingslehrkraft eine nette E-Mail

17

Spiele ein Instrument, falls vorhanden, oder singe laut dein Lieblingslied

Donnerstag

4

Achte auf eine gesunde Ernährung

11

Feiere und lobe dich für dein Corona Durchhaltevermögen

18

Probiere Yoga / Meditation

<https://www.youtube.com/watch?v=s6Jazu4oXls>

Freitag

5

Schaue dir heute Abend bewusst die Sterne an

12

Telefoniere mit einem Freund/einer Freundin und frage, wie es ihm/ihr geht

19

Unternimm mit deiner Familie einen Spaziergang

Ab Ende Februar schaffen wir uns hoffentlich unsere Highlights wieder in der Schule!