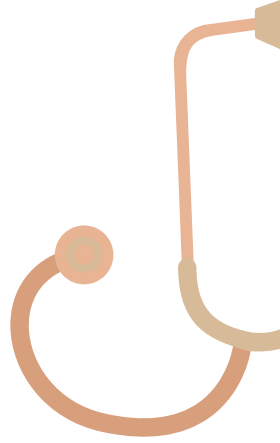
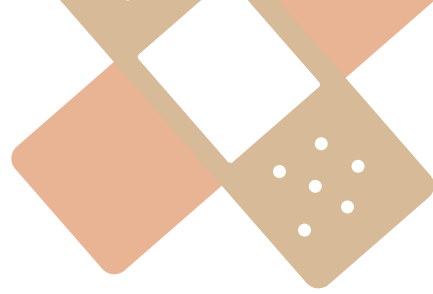


Stressfasten

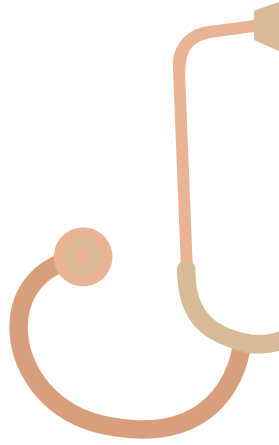
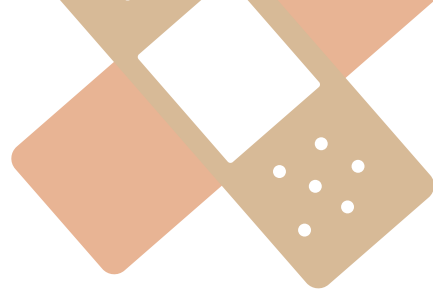
In diesen Situationen nehme ich mein Smartphone in die Hand:

Was ich stattdessen machen könnte:



Stressfasten

Meine Done-Liste:



Stressfasten

So viel Zeit kann und möchte ich mir jeden Tag für mich nehmen:

Das möchte ich in meiner freien Zeit machen: