



## Notfallskrisenkofferchen

Was brauchst du, wenn es schwierig um dich herum wird?

### **Kraft**

Hier habe ich einen kraftvollen Text für dich. Du wirst sehen, du spürst die Kraft und Motivation nachher.

<https://www.duimfokus.com/post/regenstag-und-antriebslosigkeit>

### **Mut**

Hier habe ich eine Portion MUT für dich. Sie wird dir guttun, wenn du sie brauchst.

<https://www.youtube.com/watch?v=8nUrKMOi7qk&t=4s>

### **Hoffung**

Hier habe ich ein Video mit der Hoffungsbotschaft für dich mit der Geschichte von Sadako und den 1000 Papierkranichen.

<https://youtu.be/d9QeVWtK32E>

### **Liebe**

Hier habe ich ein LIED für dich, das dir einen liebevollen Weitblick schenkt.

<https://www.youtube.com/watch?v=GAhWN9zmEV0>

Notfallskrisenkofferchen, Bettina Stephanie Sohler von Du im Fokus

### **Abgrenzung**

Dieser Text schenkt dir klare und wertvolle Gedanken und Inputs zur Thematik.

<https://www.duimfokus.com/post/abgrenzung>