1

Ich darf ehrlich hinschauen.

MUTMACHERIN

2

Ich sehe, wo ich stehe.

MUTMACHERIN

3

Ich habe schon viel geschafft.

MUTMACHERIN

4

Ich darf Altes gehen lassen.

MUTMACHERIN

5

Ich achte auf meine Kraft.

MUTMACHERIN

6

Ich bin nicht allein.

MUTMACHERIN

7

Ich darf groß denken.

MUTMACHERIN

8

Meine Wünsche sind erlaubt.

MUTMACHERIN

9

Ich lebe nach dem, was mir wichtig ist.

MUTMACHERIN

10

Ich gebe meinen Träumen ein Gesicht.

MUTMACHERIN

11

Mein Wort trägt mich.

MUTMACHERIN

12

Ich glaube an mich.

MUTMACHERIN

13

Ich bin mehr als meine Zweifel.

MUTMACHERIN

14

Ich prüfe, was ich glaube.

MUTMACHERIN

15

Ich darf neu denken.

MUTMACHERIN

16

Mut steckt schon in mir.

MUTMACHERIN

17

Ich habe einen Plan für schwere Tage.

MUTMACHERIN

18

Mein Nein schützt mein Ja.

MUTMACHERIN

19

Ich weiß, wohin ich will.

MUTMACHERIN

20

Kleine Schritte tragen weit.

MUTMACHERIN

21

Mein Board zeigt mein Wunschleben.

MUTMACHERIN

22

Ich sehe meine Ziele jeden Tag.

MUTMACHERIN

23

Ich sehe das Gute.

MUTMACHERIN

24

Ich gehe mutig ins neue Jahr.

MUTMACHERIN

Mut	Ruhe	Freiheit
Leichtigkeit	Vertrauen	Zuhause
Abenteuer	Stärke	Klarheit
Freude	Gelassenheit	Neuanfang
Wachsen	Balance	Liebe
Dankbarkeit	Fokus	Gesundheit
Energie	Bewegung	Reisen
Meer	Berge	Natur
Lachen	Familie	Freundinnen
Nähe	Zeit für mich	Selbstliebe

Grenzen	Nein sagen	Ja sagen
Erfolg	Fülle	Sicherheit
Kreativ	Lernen	Weiterbildung
Neugier	Ordnung	Platz
Gemütlich	Draußen	Schlafen
Genießen	Tanzen	Lesen
Pause	Stolz	Jetzt
Einfach machen	Schritt für Schritt	Ich darf
Genug	Mutig	Frei
Ankommen	Loslassen	Strahlen

Ich muss nicht alles können. Ich darf es lernen.

Schritt für Schritt ist auch ein Tempo.

Mein Weg muss nicht für andere Sinn ergeben.

Heute ein bisschen mutiger als gestern.

Ich darf Pausen machen, ohne sie zu verdienen.

Was mir guttut, ist nicht egoistisch.

Ich wachse an dem, was ich mich traue.

Gut ist manchmal gut genug.

Ich höre auf, auf den perfekten Moment zu warten.

Mein Leben, meine Regeln. Freundlich, aber klar.

Ich darf meine Meinung ändern.

Ich bin auf dem Weg. Das reicht.

Weniger müssen, mehr wollen.

Ich feiere auch die kleinen Siege.

Ich bin genau richtig, um anzufangen.

Mein Bauchgefühl hat Mitspracherecht.

Mut

Ja!

2027



Geschafft!

Ich darf

Fokus



Wow

Danke

Stolz



Einfach machen

Mein Jahr

Herzensziel



Kleiner Schritt

Ruhe

Freude



Los geht's

Läuft

Für mich















Neu

Hier will ich hin

Bald



Yes!

Dranbleiben

Mutig



Wachsen

Frei

Zeit für mich



Genug

Gut so

Weiter



Ankommen

Leicht

Schritt 1



Meins

Strahlen

Juhu













