



Einsamkeit

5. Dezember

Überlege dir, welche Person du schon länger nicht mehr gesehen, oder von ihr gehört hast. Schicke ihr heute im Laufe des Tages eine kurze Nachricht, ein Bild mit einem schönen Gruß oder rufe sie an. Du wirst sehen, die Person wird sich sehr über den Kontakt freuen. Am Abend überlegst du dir, wie es dir heute nach diesem Kontakt geht.

Text: Anna Leser

