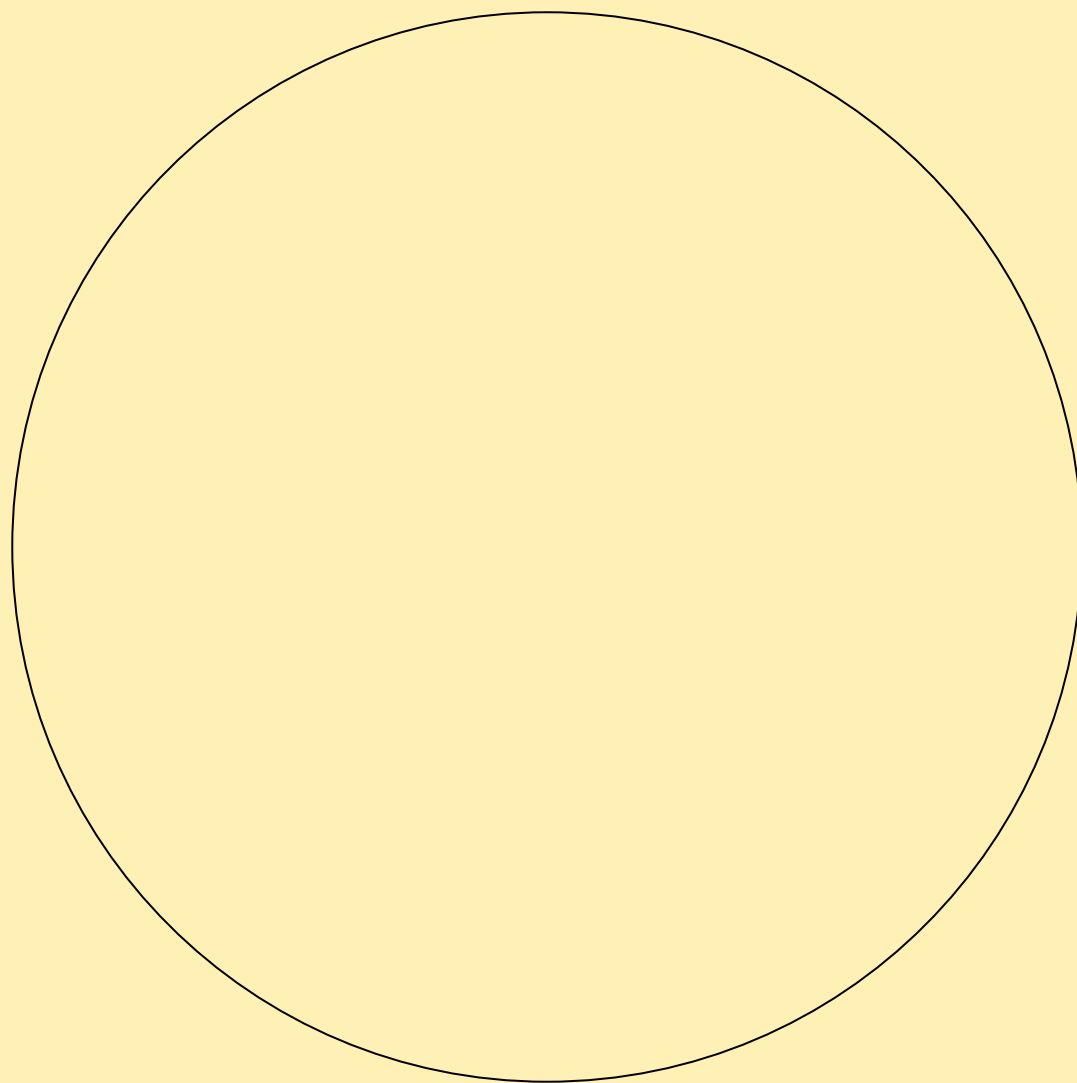


hold *space* for yourself



when you hold space for yourself,
you create a place for you to check
in with yourself and to come back to
what truly matters to you. here, you
don't have to have it all figured out.
this is the start of your journey that
will lead you to believe in yourself a
little more and know that you are
enough.

THE
SPACE__

slow down.
turn inward.

embrace the quiet art of noticing.

Inmitten der täglichen Alltagsroutine und langen Tagen ist es leicht zu übersehen, wie weit du gekommen bist. Wenn man jeden Tag mittendrin ist, ist Fortschritt schwer zu erkennen. Deshalb ist es wertvoll, einen Schritt zurückzutreten; das große Ganze zu betrachten und wertzuschätzen, wie du dich entwickelt hast.

Das hier ist dein Raum für ein monatliches Check-in: ein Moment, um den vergangenen Monat zu reflektieren und anzuerkennen, worauf du stolz bist, aber auch eine Chance, mit neuer Energie in den nächsten Monat zu starten, indem du erkennst, was bereits gut läuft und welche Bereiche deines Lebens vielleicht ein bisschen mehr Aufmerksamkeit benötigen.

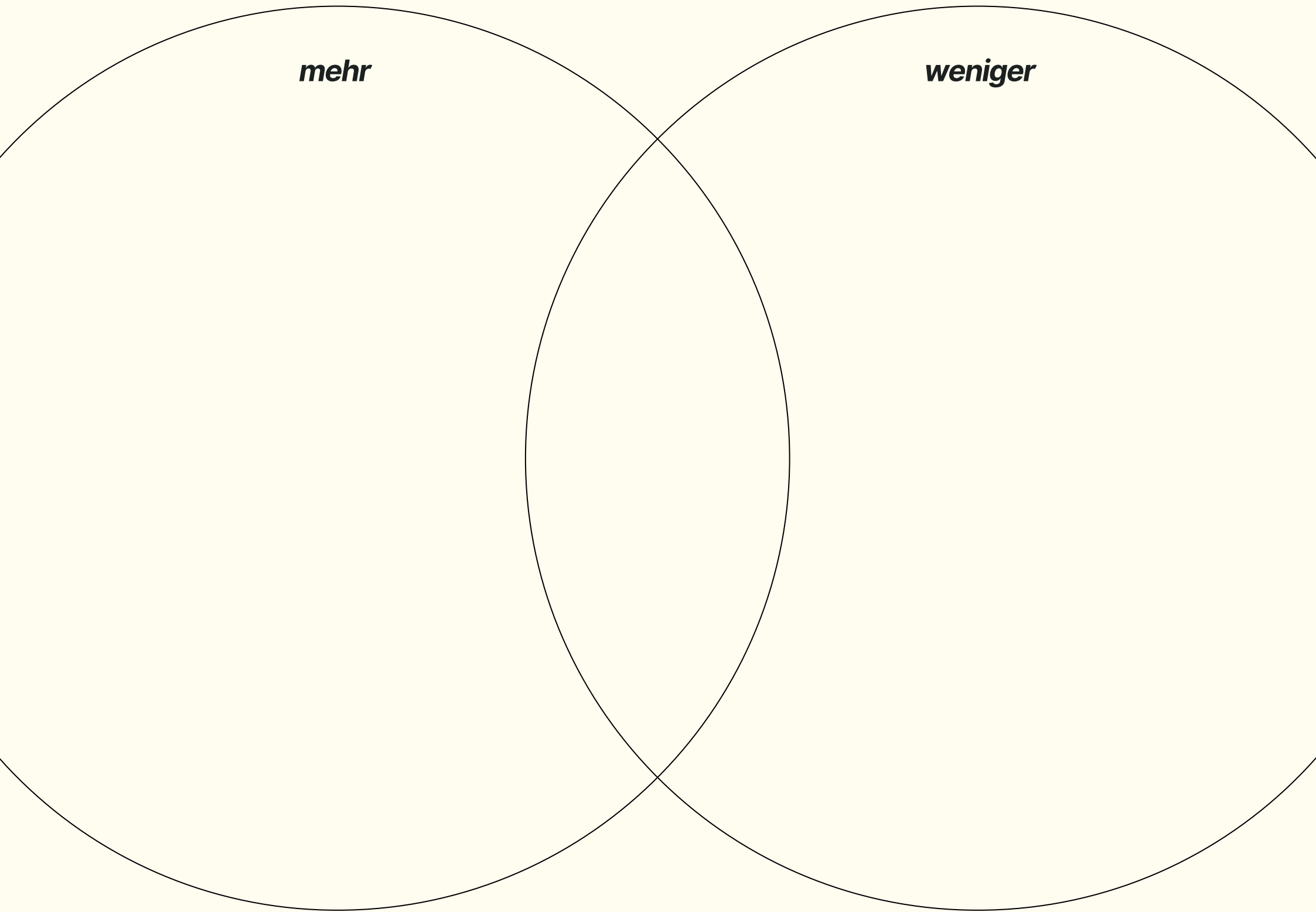
drei Dinge, auf die ich diesen Monat stolz bin:

01 _____

02 _____

03 _____

*Was ich in den nächsten Monat
mitnehmen will...*



drei Dinge, auf die ich diesen Monat stolz bin:

- 01 mehr auf mich gehört
- 02 konsistenz beim lernen
- 03 zeit mit freunden verbracht

Was ich in den nächsten Monat mitnehmen will...

