



Einmalig.  
Wertvoll. Frei.

---

Dein Name

## Du bist wertvoll. Einmalig wertvoll. Du!

Und deshalb gibt es dieses Notizbuch. Ein Begleiter, der Dir Raum für Gedanken, Pläne und Ideen gibt. Aber auch Raum, um Deine Herausforderungen, Sorgen und Zweifel aufzuschreiben. Auf einigen Seiten findest Du kleine Impulse, die Dich inspirieren wollen, die nächsten Schritte mutig zu gehen!

Wertvoll

**Du bist du. Einmalig wertvoll. Du!  
Wir brauchen Dich.**

Dinge, die ich an mir mag:

// 1

// 2

// 3

// 4







Merkezettel  
schreiben ...!



Lined writing area on page 18.

Lined writing area on page 19.

Glück. Segen.  
Zuversicht.





Rings um mich  
macht Gott es  
Weit und frei ...





für mehr Leben



*Danke für ...*

**Menschen mit Zeit. Und mit Kompetenz.  
Tausenfach erprobt. Für Dich!**

// Hierbei haben mir Menschen kompetent geholfen:

Kompetente Hilfe gefällig?  
Bei Suchtfragen sind wir für Dich da:  
[www.blaues-kreuz.de](http://www.blaues-kreuz.de)











Erste  
Schritte ...

Leben verpennt?

Wär schade. Aufwachen. Aufstehen. Losgehen.  
So geht Leben!

Aufstehen.  
Losgehen.  
Jetzt!





Gott?

Stell dir vor:

Es gibt ihn ...





