

DRUM

RUM

# WELCHE RITUALE HAST DU FÜR DEINE VORBEREITUNG?

EINIGE ZEIT  
RUMDENKEN

RAUS  
GEHEN

DUSCHEN  
GEHEN

EINE KERZE ANZÜNDEN

MIT  
FREUNDEN  
REDEN

BETEN

LISTE  
SCHREIBEN

STILLE ZEIT

MALEN  
ZEICHEN-  
STIFTE RAUS

MUSIK HÖREN

RUM-  
LESEN