

Deine
KREATIVEN
SommerIdeen

www.sonjaoberlehner.at





KREATIVITÄT und INSPIRATION

Erstelle gemeinsam mit deiner Familie eure eigene bucket list = IdeenListe. Lasse dich dabei gern von meinen kreativen Sommerideen inspirieren!

Sobald ihr eine Idee umgesetzt habt, hakt ✓ es in der Liste ab. Schafft ihr alles zu tun & zu erleben? Dann ist euch ein spaßiger Sommer voll FamilienHarmonie gesichert!

SOMMER bucket list

- | | |
|---|--|
|  ZeitKapsel erstellen |  Familien Fahrrad Tour |
|  Am Trampolin
übernachten |  Origami falten |
|  Geheimschrift erfinden |  ErinnerungsGlas
bemalen |
|  Sandburg bauen |  einfach laaange spielen |
|  Museums / Kultur Besuch |  WasserbombenSchlacht |
|  Seifenblasen zerplatzen |  Pizza selbst backen |
|  MiniGolf spielen gehen |  sich selbst zeichnen |
|  Taschenlampen
Spaziergang abends |  Pyjama Tag |
|  Eis selbst machen |  Kino mit Popcorn |
|  Mandala aus Muscheln |  Etwas Verrücktes tun |
|  Am Lagerfeuer |  Blumenkränze fädeln |
|  Marshmallows grillen |  Verkehrtherum Tag |
|  Samen wachsen zusehen |  Zaubertrick lernen |
|  Experimentieren z.B.
Wassertornado |  Sterne beobachten |
|  Verkleidungs Spaß |  Steine bemalen |
|  FotoAlbum einkleben | |



Der schönste Sommer beginnt mit
einer entspannten Mama.

Welcher Überforderungstyp bist du?



Während dein Kind die Bucket List genießt, darfst auch du dir 90 Sekunden schenken.

Mach den kostenlosen Mama-Test und entdecke, welcher Überforderungstyp du bist – inklusive persönlicher Auswertung und konkreten Tipps für mehr Leichtigkeit im Familienalltag.



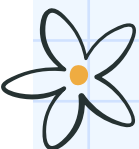
Kostenloser Mama-Test

- ✓ Persönliche Auswertung
- ✓ Verstehe, warum dir manche Situationen so viel Kraft kosten
- ✓ Erste Impulse für mehr Leichtigkeit im Mama-Alltag

9 Fragen

Dauer: 90 Sekunden

[Mama-Test starten](#)





SOMMER bucket list





SOMMER bucket list

