



Wechseljahr Bingo



Direkt sagen was ich meine	Alle nerven	Selbstwert- gefühl suchen	Durch- schlafen
Etwas Neues lernen		Warmes nährendes Essen: Lauwarmer Schokokuchen	Ommmm üben
Gedulds- faden häkeln	Gehirn im Energie- Sparmodus halten	Schwitzen ohne Bewegung	Sinn des Lebens suchen