Mäi ganz perséinlechen Bien-Être-Aktiounsplang

Wann ech mech _____ fillen (z. B. rosen, traureg, nervös, ängschtlech, enttäuscht…)	*Maachen ech _____ (z. B. mam XY schwätzen, en Tour trëpple goen, eng Entspanungsübung…)*