

Was macht mich stark?

Auf diesen Seiten geht es um dich! Du füllst sie mit deinen Gedanken. Lass dich vom Schwerpunktthema des Frauenbundes „Macht.Frauen.Stark.“ leiten. Halte zunächst fest, was Macht und Stärke für dich bedeuten. Und notiere anschließend im Tagebuch eine Woche lang, was dir dazu im Alltag begegnet. Feiere deine Erfolge!

Zusammengestellt von Eva-Maria Gras

Stark und mächtig
fühle ich mich, wenn ...

Ohnmacht fühle ich,
wenn ...

Wo wäre ich gerne mächtiger/stärker ...

**Das tue ich, um mächtiger/
stärker zu werden ...**

**Das tue ich, um mächtiger/
stärker zu werden ...**

Tipp: Informationen zum KDFB-Schwerpunktthema „Macht.Frauen.Stark.“ findest Du unter www.frauenbund.de, nützliche Vorlagen für Dein Tagebuch unter www.engagiert.de

Wochenplan

Montag

Dienstag

Mittwoch

Freitag

Samstag

Sonntag

Donnerstag

Ich bin eine Königin,
ich erreiche Schritt für Schritt, was ich will ...