

# Freunde schenken Herzengeschenke

Nimm immer wieder ein Zettelchen.

Lies die kleine Freude darauf und  
versuche, sie umzusetzen.

Beachte besonders die Dinge, die dir  
schwerfallen – daran kannst du wachsen.

[www.urkraftherz.at](http://www.urkraftherz.at)

Erzähle deinem Partner,  
warum du ihn schätzt.

**Herzensbotschaften: Kleine Zettel  
mit lieben Worten verschenken.**



**Selbstgemacht: Kleine Geschenke  
oder Backwerk anonym verschenken.**



**Lade jemanden ein, an den  
du schon lange denkst.**



**Mach einer fremden Person  
auf der Straße ein Kompliment.**



**Schreibe jemandem, den du nicht so  
magst, eine anonyme herzliche Nachricht.**



**Nimm dir heute bewusst Zeit  
für jemanden, der einsam ist.**



**Überrasche deine Nachbarn mit einem  
Teelicht und einer lieben Nachricht.**



**Lobe jemanden dafür, dass  
er seine Sache gut macht.**



**Teile heute mit jedem,  
wofür du dankbar bist.**



**Vergib jemandem bewusst  
etwas und teile es mit ihm.**



**Erinnere dein Kind/deine Kinder daran,  
dass du sie genau so liebst, wie sie sind,  
und stolz auf sie bist.**

