

# WAS IST DEIN PATRONUS?

Beschreibe die Person, die Aktivität, die Hoffnung oder den Traum, der/die dein Patronus ist? Warum hast du ihn/sie ausgewählt?

---

---

---

---

---

---

---

---

Nenne weitere „Stressdämpfer“, die du in der Vergangenheit als hilfreich empfunden hast oder von denen du glaubst, dass sie in Zukunft hilfreich sein könnten (versuche, mindestens fünf zu nennen)

1.

---

2.

---

3.

---

4.

---

5.

---

6.

---

7.

---

8.

---