



## Anti-Grübel-Flieger Faltanleitung

Schneide den unteren Teil des Papiers ab.

Schreibe die Grübel-Gedanken, die Du loslassen willst, in das Kästchen.

Falte alle gestrichelten Linien der Reihe nach so, dass sie in der Falz verschwinden.

Dabei musst Du das Blatt mehrfach wenden.

Wenn der Flieger fertig ist, lass ihn zusammen mit Deinen Grübel-Gedanken davonfliegen!

