

KREATIVE AUSZEIT FÜR DICH

10 kleine Ideen, die Freude schenken

Schnell umsetzbare DIY-Projekte für mehr Achtsamkeit im Alltag

„Wenn du schenkst, schenkst du auch dir selbst einen Moment der Freude.“



Willkommen zu deiner kreativen Auszeit!

Dieses Freebie ist deine Einladung, aus dem hektischen Alltag ausubrechen und dir bewusst Zeit für dich selbst zu nehmen.

Denn kreative Momente, in denen wir etwas mit unseren Händen gestalten, sind mehr als nur eine Beschäftigung – sie sind eine Auszeit, die uns Ruhe und Freude bringt.

Auf den nächsten Seiten findest du 10 einfache, aber wirkungsvolle Ideen, die du für dich selbst oder als DIY-Geschenk für deine Liebsten umsetzen kannst. Von kleinen, selbstgemachten Anhängern bis zu liebevoll verpackten Überraschungen – jedes Projekt lädt dich ein, dich auf das Wesentliche zu besinnen und einen Moment der Achtsamkeit zu genießen.

Und das Beste? Du musst kein Profi sein, um loszulegen. Mit einfachen Ideen und Materialien, die du bereits zu Hause hast, kannst Du schöne DIY-Geschenke gestalten und selber eine kleine kreative Auszeit haben.

Ein paar nützliche Tipps für Deine kreative Auszeit:

- Schaffe eine ruhige Atmosphäre: Schalte dein Handy aus, lege Musik auf, die dir gefällt, und bereite dir eine gemütliche Ecke zum Basteln vor. Weniger Ablenkung hilft, dich auf das kreative Tun zu konzentrieren.
- Nutze einfache Materialien: Du brauchst keine teuren Bastelmaterialien. Oft reichen einfache Papiere, Bänder oder ein Stück Stoff, um etwas Schönes zu gestalten.
- Nimm dir die Zeit, die du brauchst: Es muss nicht immer alles in fünf Minuten fertig sein. Lass dir Zeit für die Entstehung des Projekts und genieße den Prozess des Schaffens.
- Achte auf die Details: Kleine, liebevolle Details – wie ein handgeschriebener Gruß oder eine persönliche Note – machen deine Geschenke besonders und zeigen deinem Gegenüber, dass du dir Zeit und Mühe gemacht hast.
- Sei kreativ und entdecke Neues: Lass deiner Kreativität freien Lauf! Nutze das Freebie als Inspiration, aber fühl dich frei, eigene Ideen und Varianten zu entwickeln.

10 Ideen zum Selbermachen, Verschenken Oder selbst behalten

1 - Teelichter mit Botschaft

Schreibe eine Nachricht auf den Boden eines Teelichts. Hierzu kannst Du natürlich eine unsere Vorlagen verwenden oder auch eigene Vorlagen gestalten. Du benötigst nicht viel - nur ein Stück Papier und einen Stift. Und selbst wenn Du keinen Zettel und Stift zur Hand hast, schreibe die Botschaft mit einem wasserfesten Stift einfach auf die silberne Verpackung im Teelichtboden und verschenke ein Licht mit Überraschungseffekt oder verschönere damit Dein Zuhause.

2 - Verpackung mit Lieblingswort

Gestalte z.B. eine Geschenktüte, eine Schokoladenbanderole oder eine andere Verpackung mit einem Lieblingswort, dass Dich und die beschenkte Person miteinander verbindet. Oder ist es sogar vielleicht ein ganzes Zitat? Denke in Ruhe darüber nach.

3 - Selbst gemachter Geschenkanhänger

Schneide aus Kartonresten, buntem Packpapier, Geschenkpapier oder Stoffresten einen Anhänger. Verziere ihn mit bunten Stiften Deiner Wahl oder Garn mit Mustern und ein paar persönlichen Worten.

4 - Mini-Karte für Dich selbst

Schreibe Dir selbst eine Karte mit dem Text: Was brauche ich gerade? Stecke sie in Deine Tasche oder an einen Ort wo Du sie immer wieder in den Fingern hältst und nimm Dir jedes Mal einen kurzen Moment Zeit, um darüber nachzudenken.

5 - Kleines Moodboard aus Alltagsmaterialien

Mache ein Mini Moodboard aus 5 Dingen, die Dir gut tun - wie Farben, Formen oder Fotos, die Du gerade zuhause hast. Wenn es Dir mal nicht so gut geht, kannst Du immer auf dieses Moodboard schauen.

10 Ideen zum Selbermachen, Verschenken Oder selbst behalten

6 - Lieblingsspruch kalligraphieren

Nimm Dir einen schönen Stift, ein farbiges Papier, eine Karte oder ein Stück Karton und schreibe Deinen Lieblingsspruch oder Zitat in schöner Schrift auf. Dies kann auch ein schönes Geschenk für eine liebe Person sein, wenn Du diesen schön einrahmst oder als Geschenkkarte verwendest.

7 - Ein Moment in der Natur

Sammele ein paar schöne Steien, ein paar Zweige oder herabgefallene Blätter und Blüten und lege daraus ein kleines Kunstwerk in der Natur wie zB ein kleines Mandala, ein Herz oder eine ganz freie Form. Mache danach ein Foto als Erinnerung Deines vergänglichen Kunstwerkes, so dass Du auch danach noch spüren kannst, was Du beim Legen des Kunstwerkes gefühlt hast.

8 - Glücksrezept aufschreiben

Notiere Dein absolutes Lieblingsrezept, was Dich glücklich macht, wenn Du nur daran denkst, und verschenke es.

9 - Mini Fotobücher

Erstelle kleine Fotobücher für besondere Anlässe. Sammele Lieblingsbilder, kleine Erinnerungen oder Momente, die du mit jemandem geteilt hast, und stelle sie in einem handgemachten Mini-Buch zusammen. Füge kleine Notizen oder Geschichten zu den Bildern hinzu, um die Erinnerungen noch persönlicher zu machen.

10 - Kleiner Grruß an Dich in der Zukunft

Schreibe Dir selbst einen Brief für einen bestimmten Zeitpunkt. Das kann in 3 Wochen sein, in 3 Monaten oder Jahren. Was möchtest Du Dir selbst sagen?

Dein kreativer Moment beginnt jetzt

Du hast jetzt jede Menge kleine Ideen in der Hand - und es gibt noch so viel weitere- , die nicht viel brauchen – nur ein bisschen Zeit, ein paar Materialien und deine Lust am Gestalten.

Ob du damit jemandem ein Lächeln schenkst oder dir selbst eine liebevolle Pause gönnst:

Es zählt nicht das Perfekte, sondern das Persönliche.

Nimm dir den Freiraum, kreativ zu sein.
Ohne Plan, ohne Druck – nur für dich.

Stöbere in deiner Bastelkiste, schnapp dir Papier, Stift oder Stoffreste und schau, wohin dich die Idee trägt.
Denn manchmal reicht ein kleiner Moment, um etwas Wunderschönes entstehen zu lassen.

Alles Liebe und viel Freude bei der kleinen kreativen Auszeit, Julia



Kissenknick.de

Hinweis zur Nutzung:

Dieses Freebie wurde mit viel Herz für dich gestaltet. Es ist ausschließlich für den privaten Gebrauch bestimmt und darf nicht verkauft, verändert oder kommerziell weitergegeben werden.

© 2025 Kissenknick | Julia Laubert | www.kissenknick.de