



20 KLEINE IDEEN FÜR EINEN *langsamen Septembertag*

MEHR ZEIT FÜR DAS,
WAS SICH GUT ANFÜHLT.

1. Den ersten Kaffee draußen trinken – eingekuschelt in einen warmen Pullover und eine Decke, auch wenn die Luft schon kühl ist.
2. Durch raschelndes Laub spazieren und dabei einfach schauen, was am Wegesrand liegt.
3. Mit der Kamera losziehen und nur Dinge fotografieren, die dir schön auffallen: Nebel, Pilze, Spinnweben, Blätter, Licht.
4. Morgens nach Nebel Ausschau halten und einen kleinen Umweg fahren, nur um ihn über die Wiesen zu sehen.
5. Etwas mit Äpfeln backen – eine Galette, einen Kuchen oder einfach Äpfel mit Zimt im Ofen warm werden lassen.
6. Ein Buch anfangen, ohne den Anspruch, es heute weit zu schaffen.
7. Schon am Nachmittag eine Kerze anzünden, obwohl es noch gar nicht richtig dunkel ist.
8. Ein paar schöne Herbstfunde mit nach Hause nehmen – Blätter, kleine Zweige, Kastanien oder Gräser – und daraus eine kleine Schale oder Tischdeko machen.
9. Pilze suchen gehen – nicht unbedingt zum Sammeln, sondern einfach zum Entdecken und Fotografieren.
10. Eine ruhige Playlist auflegen und das Handy für eine Weile weglegen.
11. Eine große Schüssel Suppe kochen, während es draußen langsam kühler wird.
12. Alle Fenster weit öffnen und für ein paar Minuten die kühle Septemberluft durchs Haus ziehen lassen.
13. Für den zweiten Kaffee in ein kleines Café fahren, ohne daraus einen großen Ausflug machen zu müssen.
14. In einen Bücherschrank schauen und ein Buch mitnehmen, das man normalerweise vielleicht nicht ausgesucht hätte.
15. Eine Seite ins Notizbuch schreiben: „Was gerade schön ist.“ Ohne mehr daraus machen zu müssen.
16. Bei Regen absichtlich zuhause bleiben. Decke, Tee, Buch, Musik – und kein schlechtes Gewissen dabei.
17. Etwas mit den Händen machen: fotografieren, zeichnen, schreiben, basteln, Blumen arrangieren oder einfach ein bisschen herumprobieren.
18. Eine kleine September-Ecke zuhause gestalten – mit einem Buch, einer Kerze, einem Zweig, vielleicht einer Tasse und einem schönen Fundstück aus dem Wald.
19. Eine Lieblingsserie weitersehen, während draußen der Abend beginnt. Nicht „weil heute nichts anderes mehr geht“, sondern weil es gemütlich ist.
20. Früh ins Bett gehen – mit frischer Bettwäsche, einem Buch auf dem Nachttisch und dem Gefühl, dass dieser Tag nichts Besonderes leisten musste.

