

# **INHALT**

## **I. Gut miteinander in Kontakt bleiben**

**19**

## **II. Miteinander schöne Dinge erleben**

**61**

## **III. Praktische Veränderungen anpacken**

**97**

## **IV. Regelt wichtigen Papierkram**

**133**

## **V. Finde deine eigene Rolle**

**161**

## **Danksagung**

**199**

## **Anhang**

**201**