

INHALT

Vorwort 9

Aufmerksamkeit 11

Eine leichte Übung
Ein 5-Sterne-Hotel-Gefühl
Schätze finden und reparieren
Wie riecht Zuhause?
Eine zweite Chance
Bitte streichen!
Roll doch das Ding!
Lassen Sie sich helfen
Momente wie gemalt

Festlichkeit 33

Viel Geburtstag zum Glück!
(M)eine Ostergeschichte
Feste brauchen Rituale
Adventskranz 2.0
Danke, Käfer!

Fröhlichkeit 49

Gartenzwerge gehören auch zum Leben
Ist mal ganz was anderes
Ruhe für die Augen
Tassentreffen
Avslappning!
Helper's high
Stimmungsaufheller
Ebay-Roulette
Erwache und lache!

Genügsamkeit 69

Filterkaffee
Ein Karussell für die Unordnung
Sondereinsätze
Ein altes Haushaltsbuch
Suchmaschinen selbst gemacht
Mackenbeseitiger aus der Kosmetikabteilung
Mixen macht Spaß und sauber
Wie schmiedet man Glück?

Genüsslichkeit 87

Zuhause ist viel mehr als ein Ort
De-luxe-Gefühle
Lavendel ist schön altmodisch
Weil Sie es sich wert sind!
Richtig ist, was sich richtig anfühlt
Schön gewürzt
Ein toller Wechselkurs!
Kennens Sie „Fatsch“?

Zuversichtlichkeit 105

Fehlerfahnderei verboten!
Die Macht des schludrigen Unterbewusstseins
Man kann hören, ob etwas schmeckt
Machen Sie's mit links!
Kleine Möbelapotheke
Geduldsfadenmessgeräte
Nicht wollen wollen
Jeder braucht etwas, das ihn beschützt
Mutbeschleuniger
Die Silvester-Pinnwand

Impressum 126

Dank 127