

Die 20 Tage *Kreativ Challenge*

- 01 Einen Timer auf 3 Minuten stellen und einfach drauf los malen
- 02 Ein Museum besuchen
- 03 Den Arbeitsplatz wechseln oder umgestalten
- 04 Meditieren
- 05 Einen TED Talk ansehen
- 06 Eine Geschichte ausdenken
- 07 Bewusst nichts tun
- 08 Einen Power Nap machen
- 09 Einen Kreativ-Abend besuchen (z.B. Artnight)
- 10 Ziele in einem Visionboard festhalten
- 11 Ein neues Café besuchen und Eindrücke sammeln
- 12 Deine eigene Kreativ-Playlist erstellen
- 13 Dance it out – Bewegung wird gut tun
- 14 Einen Spurch, z.B. „created to create“ letters
- 15 Neue Inspirationsquellen suchen
- 16 Einen Spaziergang an einem neuen Ort machen
- 17 Einen Tag offline sein
- 18 Ein neues Hobby ausprobieren
- 19 Freunde überraschen
- 20 Fotos mit einer Einwegkamera knipsen, bis der Film voll ist