



**ENTSPANNEN**  
Wie? Wo?



**SCHLAF**  
Wieviel? Von.... bis....?

**SPORT**



**HAUSARBEIT**  
Was? Wann?



**ABNEIGUNGEN**  
Essen? Tätigkeiten?

**BAH!**

**FITNESS**

Wie? Wo? Wann? Wie oft?



**UNTERSTÜTZUNG**

Wobei? Von wem?



**STRESS**

Wodurch? Wie entspannen?

**MENSCHEN**

Beste Freunde?  
Lieblinsnachbarn?  
Lieblingsverwandte?  
LieblingskollegInnen?



**ETWAS TUN**

Für andere?

Helft alle mit!  
Für die Umwelt?  
Für die  
Gemeinschaft?



**AUF IDEEN KOMMEN**

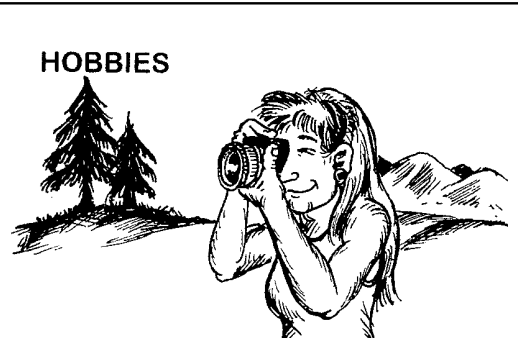
Wie? Wann am besten?

**BADEN, DUSCHEN**  
Wann? Wie oft?



Wie? Wann?  
Was?

**TRAURIGKEIT  
AUSDRÜCKEN**



**HOBBIES**

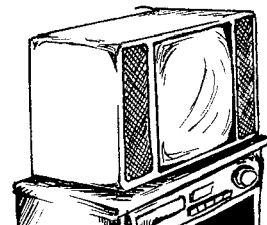
**ANGST AUSDRÜCKEN**

Wie? In welchen  
Situationen?



**FERNSEHEN**

Lieblingssendungen?



**THEATER, KONZERTE**  
Was? Wie oft?

**LIEBLINGS SNACKS**



**FREIZEITVERGNÜGEN**



mit Freunden

**Lebensstilkarten bitte an den Linien ausschneiden!**

Tipp: Wenn die Karten vorher mit einer Laminiermaschine beschichtet werden, halten sie länger.

Nach einer Idee von New Hats, Salt Lake City, USA, Zeichnungen: Jens Volkmann, Übersetzung: Stefan Doose

**ALLEINE VERGNÜGEN**  
Wenn ich alleine bin,  
vergnüge ich mich am  
liebsten mit...

**SCHLAFEN GEHEN**  
Wann? Wie?

**ÄRZTE** Welche? Lieblingsärzte?

**HAUSTIERE**  
Welche?

**MIT JEMANDEM REDEN**  
Mit wem am liebsten? Worüber?

**FEIERTAGE**  
Welche? Was tun?

**AKTIVITÄTEN BEI  
SCHÖNEM WETTER**  
Was? Wo? Mit wem?

**AKTIVITÄTEN BEI  
KALTEM WETTER**  
Was? Wo? Mit wem?

**FREIZEITVERGNÜGEN**  
Mit der Familie

**ERNÄHRUNG**  
Welche Lebensmittel?  
Woher?

**MUSIK**  
Welche? Wo? Mit wem?

**WUT AUSDRÜCKEN**  
Wie? Wann? Wo?

**WOHNEN**  
Wo? Mit wem? Wie?

**HAARE SCHNEIDEN**  
Wo? Wer? Wie oft?  
Welche Frisur?

**LEBENSMITTEL EINKAUFEN**

**FREIER TAG**

**GETRÄNKE**  
Was? Was am liebsten?

**AUFSTEHEN**  
Wann?  
Wie sieht ein typischer  
Morgen aus?

**Lebensstilkarten bitte an den Linien ausschneiden!**

Tipp: Wenn die Karten vorher mit einer Laminiermaschine beschichtet werden, halten sie länger.  
Nach einer Idee von New Hats, Salt Lake City, USA, Zeichnungen: Jens Volkmann, Übersetzung: Stefan Doose



*Wie lebe ich jetzt? Wie möchte ich leben?*

Lebensstilkarten Bezug über:  
Netzwerk People First Deutschland,  
Kölnische Str. 99, D-34119 Kassel  
© Stefan Doose 1997



*Wie lebe ich jetzt? Wie möchte ich leben?*

Lebensstilkarten Bezug über:  
Netzwerk People First Deutschland,  
Kölnische Str. 99, D-34119 Kassel  
© Stefan Doose 1997



*Wie lebe ich jetzt? Wie möchte ich leben?*

Lebensstilkarten Bezug über:  
Netzwerk People First Deutschland,  
Kölnische Str. 99, D-34119 Kassel  
© Stefan Doose 1997



*Wie lebe ich jetzt? Wie möchte ich leben?*

Lebensstilkarten Bezug über:  
Netzwerk People First Deutschland,  
Kölnische Str. 99, D-34119 Kassel  
© Stefan Doose 1997



*Wie lebe ich jetzt? Wie möchte ich leben?*

Lebensstilkarten Bezug über:  
Netzwerk People First Deutschland,  
Kölnische Str. 99, D-34119 Kassel  
© Stefan Doose 1997



*Wie lebe ich jetzt? Wie möchte ich leben?*

Lebensstilkarten Bezug über:  
Netzwerk People First Deutschland,  
Kölnische Str. 99, D-34119 Kassel  
© Stefan Doose 1997



*Wie lebe ich jetzt? Wie möchte ich leben?*

Lebensstilkarten Bezug über:  
Netzwerk People First Deutschland,  
Kölnische Str. 99, D-34119 Kassel  
© Stefan Doose 1997



*Wie lebe ich jetzt? Wie möchte ich leben?*

Lebensstilkarten Bezug über:  
Netzwerk People First Deutschland,  
Kölnische Str. 99, D-34119 Kassel  
© Stefan Doose 1997



*Wie lebe ich jetzt? Wie möchte ich leben?*

Lebensstilkarten Bezug über:  
Netzwerk People First Deutschland,  
Kölnische Str. 99, D-34119 Kassel  
© Stefan Doose 1997



*Wie lebe ich jetzt? Wie möchte ich leben?*

Lebensstilkarten Bezug über:  
Netzwerk People First Deutschland,  
Kölnische Str. 99, D-34119 Kassel  
© Stefan Doose 1997



*Wie lebe ich jetzt? Wie möchte ich leben?*

Lebensstilkarten Bezug über:  
Netzwerk People First Deutschland,  
Kölnische Str. 99, D-34119 Kassel  
© Stefan Doose 1997



*Wie lebe ich jetzt? Wie möchte ich leben?*

Lebensstilkarten Bezug über:  
Netzwerk People First Deutschland,  
Kölnische Str. 99, D-34119 Kassel  
© Stefan Doose 1997



*Wie lebe ich jetzt? Wie möchte ich leben?*

Lebensstilkarten Bezug über:  
Netzwerk People First Deutschland,  
Kölnische Str. 99, D-34119 Kassel  
© Stefan Doose 1997



*Wie lebe ich jetzt? Wie möchte ich leben?*

Lebensstilkarten Bezug über:  
Netzwerk People First Deutschland,  
Kölnische Str. 99, D-34119 Kassel  
© Stefan Doose 1997



*Wie lebe ich jetzt? Wie möchte ich leben?*

Lebensstilkarten Bezug über:  
Netzwerk People First Deutschland,  
Kölnische Str. 99, D-34119 Kassel  
© Stefan Doose 1997



*Wie lebe ich jetzt? Wie möchte ich leben?*

Lebensstilkarten Bezug über:  
Netzwerk People First Deutschland,  
Kölnische Str. 99, D-34119 Kassel  
© Stefan Doose 1997



*Wie lebe ich jetzt? Wie möchte ich leben?*

Lebensstilkarten Bezug über:  
Netzwerk People First Deutschland,  
Kölnische Str. 99, D-34119 Kassel  
© Stefan Doose 1997



*Wie lebe ich jetzt? Wie möchte ich leben?*

Lebensstilkarten Bezug über:  
Netzwerk People First Deutschland,  
Kölnische Str. 99, D-34119 Kassel  
© Stefan Doose 1997

Dies ist eine Auswahl der Lebensstilkarten für Kinder - das gesamte Kartenset für (4 Seiten) gibt es bei People First.

Zu diesem Kartenset gehört die Broschüre „I want my dream“ bzw. das Buch von Peter van Kaan/Stefan Doose: Zukunftsweisend. Kassel® 2011

**Materialien zur Persönlichen Zukunftsplanung gibt es bei Mensch zuerst** - Netzwerk People First Deutschland, Kölnische Str. 99, D-34119 Kassel,

Tel. 0561 72885-55, [www.people1.de](http://www.people1.de) © Stefan Doose/New Hats, Salt Lake City, USA -

Stefan Doose, Steinrader Hauptstr. 16, 23556 Lübeck, Tel. 0451 8804777, E-Mail [Stefan.doose@t-online.de](mailto:Stefan.doose@t-online.de)