

Anleitung – Mut-Licht (Teelicht-Banderole)

Dieses kleine Mut-Licht erinnert dich daran, dass Mut in dir leuchtet – ganz egal, wie dunkel oder kalt der Tag ist.

Mache die Banderole aus, falte sie zusammen und lass dein Mut-Licht strahlen. 

1 Ausmalen

Mache die Banderole bunt aus.

Du kannst Pastellfarben, Winterfarben oder Regenbogentöne verwenden.

Schmetterling, Herzi, Sterne und Schneeflocken dürfen richtig schön leuchten.

2 Ausschneiden

Schneide die Banderole entlang der Außenkante aus.

Achte darauf, dass die Form gerade bleibt, damit sie später gut um das Licht passt.

3 Falten

Falte die Banderole einmal **an der gestrichelten Linie**.

So bekommt sie die perfekte Form, um später stehen zu können.

4 Zusammenkleben

Klebe die beiden Enden der Banderole zu einem Ring zusammen.

Tipp: Ein kleiner Klebestreifen innen reicht völlig aus.

5 Um ein LED-Teelicht stellen

Stelle ein **LED-Teelicht** (kein echtes Feuer!) in die Mitte.

Dann setzt du die Banderole als kleinen Schirm außen herum.

6 Mutmoment genießen

Wenn dein Mut-Licht leuchtet, setz dich kurz dazu und atme tief ein.

Sag leise:

„Mein Mut leuchtet in mir.“

Dieses Licht erinnert dich jeden Tag daran, wie stark du bist. 



**DU
BIST**

MUTIG

Faltlinie
