

Mein Platz für Wichtiges

*Eine kleine Hilfe für mehr Ruhe
und Sicherheit im Alltag*

Kurze Einführung

Manchmal suchen wir Dinge, die wir jeden Tag brauchen: Schlüssel, Brille, Handy oder die Medikamentenbox. Ein fester Platz hilft, den Alltag leichter zu machen.

Heute richten wir einen kleinen **Sicherheitsplatz** ein. Ein Ort, an dem wichtige Dinge immer liegen dürfen.

Schritt 1 – Wo soll mein Sicherheitsplatz sein?

Wählen Sie einen Ort, der gut erreichbar ist. Zum Beispiel:

- ein kleines Körbchen
- eine Schale
- ein Platz auf dem Sideboard
- ein Fach im Flur
- ein Teller oder Stoffbeutel

Mein Sicherheitsplatz ist:

Schritt 2 – Was lege ich heute dorthin?

Legen Sie heute **eine einzige wichtige Sache** an diesen Platz. Morgen kann eine zweite folgen.

Mögliche Dinge: Schlüssel - Brille - Handy -
Medikamentenbox - Notfallmappe - Ladegerät -
Hörgeräte-Batterien

Heute lege ich dorthin:

Schritt 3 – So fühlt sich mein Sicherheitsplatz an

Ein kleiner Moment zum Spüren:

Wenn ich an meinen Sicherheitsplatz denke, fühle ich:

Ruhe

Ordnung

Sicherheit

Entlastung

Etwas anderes:

Kleiner Erinnerungssatz

„Hier finde ich, was ich brauche.“

Optionaler Bildbereich:

Bild von meinem Sicherheitsplatz:

