



Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag!

Mit den 99 Weisheiten der Oommh-Katze kommst du ganz gelassen in ein entspanntes neues Lebensjahr ...

1. Auf Samtpfoten durchs Leben schreiten
2. Mit sich selbst zufrieden sein
3. Sich öfter etwas Gutes gönnen
4. Ausgiebige Pflege und viel Schlaf
5. Auch mal das Revier verlassen und Neues erkunden



6. Sich ein dickes Fell zulegen
7. Abwarten und Tee trinken
8. Hindernissen elegant ausweichen
9. Lautstark jammern und Dampf ablassen
10. Jemanden um Unterstützung bitten

11. Fernöstliche Turnübungen (recken, strecken, gähnen, dehnen)
12. In der Badewanne einfach abtauchen
13. Spaziergänge in der freien Natur
14. Sich mit beruhigenden Aromen und Düften verwöhnen
15. Bewusst atmen und »Oommh« sagen



16. Nervennahrung wie Schokolade nicht vergessen
17. Die eigenen Erfolge sehen
18. Einem Gedanken eine neue Richtung geben
19. Sich etwas von der Seele reden
20. Tagebuch führen

