

Verena Keil / Hanni Plato

# Mal dir einen Sonnentag

365 kreative Ideen  
für deinen Glauben





Verena Keil ist Lektorin und lebt in Wetzlar an der Lahn. Sie liebt Kreativbücher, Pinterest und Schafe – am liebsten schwarze. Ihre Freizeit verbringt sie gern draußen in der Natur sowie mit Lesen, Zeichnen und dem Töpfern von lustigen Tonfiguren.



Hanni Plato ist Grafik-Designerin und lebt mit ihrer Familie in einem kleinen Holzhaus mit wildromantischem Garten. Sie liebt schöne Farben und dunkle Schokolade – und freut sich besonders, wenn Menschen durch ihr Design mit Jesus in Berührung kommen.



Wenn die beiden ihre Köpfe zusammenstecken, haben sie immer viel Spaß. Und es kommen neue kreative Produkte heraus, so wie dieses Buch!

# Hey du!

Dies ist dein ganz persönliches Kreativ-Kritzel-Inspirations- und Ausfüllbuch. An jedem Tag des Jahres bekommst du einen kreativen Input für dein Leben und deinen Glauben – eine kleine Aufgabe, einen Gedanken oder eine Inspiration zum Selber-kreativ-werden. Vieles kannst du direkt in diesem Buch erledigen, manchmal brauchst du dafür einen Extraplatz. Übrigens ist es völlig egal, ob du im Januar oder in einem anderen Monat beginnst. Lass dich überraschen!

Wir wünschen dir ganz viel  
Spaß mit diesem Buch!

beINSPIRED

Verena und Hanni



## Für die Vorfrende:

Unter [www.gerth.de/sonnentag](http://www.gerth.de/sonnentag) kannst du dir schon mal einige Ideen angucken, die dir im Laufe des Jahres im Buch begegnen werden. Dort findest du auch eine kleine Materialliste, damit du für die DIY-Aktionen gut gerüstet bist.



Januar

wonderFUL





SINGT DEM HERRN  
EIN NEUES LIED,  
DENN ER TUT

Wunder!

Psalm 98,1

1.1.

Meine wichtigsten Termine im *Januar*:



- |    |       |    |       |
|----|-------|----|-------|
| 1  | ----- | 16 | ----- |
| 2  | ----- | 17 | ----- |
| 3  | ----- | 18 | ----- |
| 4  | ----- | 19 | ----- |
| 5  | ----- | 20 | ----- |
| 6  | ----- | 21 | ----- |
| 7  | ----- | 22 | ----- |
| 8  | ----- | 23 | ----- |
| 9  | ----- | 24 | ----- |
| 10 | ----- | 25 | ----- |
| 11 | ----- | 26 | ----- |
| 12 | ----- | 27 | ----- |
| 13 | ----- | 28 | ----- |
| 14 | ----- | 29 | ----- |
| 15 | ----- | 30 | ----- |
|    |       | 31 | ----- |

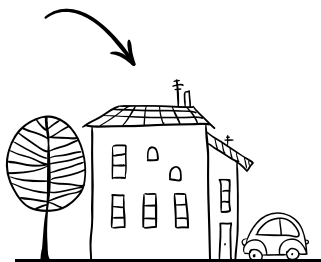


## 2.1.

Male die Punkte und das Wort „Wunder“ auf der Monats-  
eingangsseite mit **Gold** und den Rahmen in einer  
anderen schönen Farbe aus! Lass den Vers auf dich wirken –  
merkst du, wie du dabei zur Ruhe kommst?

## 3.1.

Das macht **meine Familie** einzigartig:



**Danke**, Gott, für meine Familie!

## 4.1.

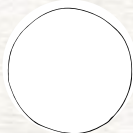
Wie war dein Tag? Male passende **Emojis!**



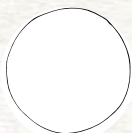
Morgen



Mittag



Nachmittag



Abend



Nacht

Meine **Jahresziele:**

Was **wünschst** du dir für dieses Jahr?

---

---

---

Was hat für dich dieses Jahr **Priorität?**

---

---

---

Was möchtest du in diesem Jahr **lassen?**

---

---

---

Was möchtest du in diesem Jahr **anfangen?**

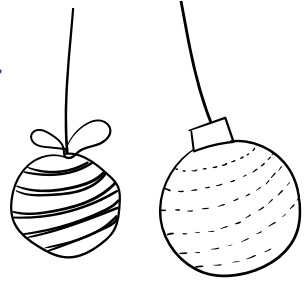
---

---

---

6.1.

Lass von deiner **Weihnachtsdeko**  
eine Sache stehen oder hängen,  
die dich das ganze Jahr hindurch  
an die Geburt von Jesus erinnert.



7.1.

Was bringt dich zum **Stauen**?



- |                                                  |                                             |
|--------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Regenbogen              | <input type="checkbox"/> Gebetserhörng      |
| <input type="checkbox"/> Sonnenblumenfeld        | <input type="checkbox"/> Düfte              |
| <input type="checkbox"/> Musik                   | <input type="checkbox"/> Schmetterling      |
| <input type="checkbox"/> wenn etwas klappt       | <input type="checkbox"/> glücklicher Zufall |
| <input type="checkbox"/> schönes Bild            | <input type="checkbox"/> Sonnenuntergang    |
| <input type="checkbox"/> gute Tat eines Menschen | <input type="checkbox"/> Eiskristalle       |

8.1.

Meine **Lieblingsemenschen**: Das liebe ich an ihr/ihm ganz besonders:

-----

-----

-----

-----



9.1.

Mach dir dein **eigenes Schneegestöber!**

Tropfe mit flüssigem Wachs oder Flüssigkleber Punkte auf ein festes Blatt Papier. Lass es trocknen.  
Male anschließend mit Wasserfarbe darüber.

10.1.

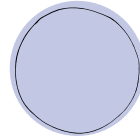
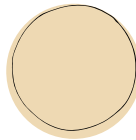
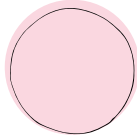
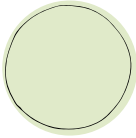
Welcher **Farbtyp** bist du?

Frühlingstyp

Sommertyp

Herbsttyp

Wintertyp



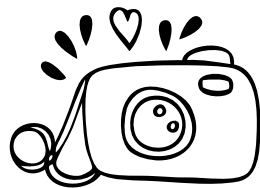
Mach den Test – zum Beispiel hier:



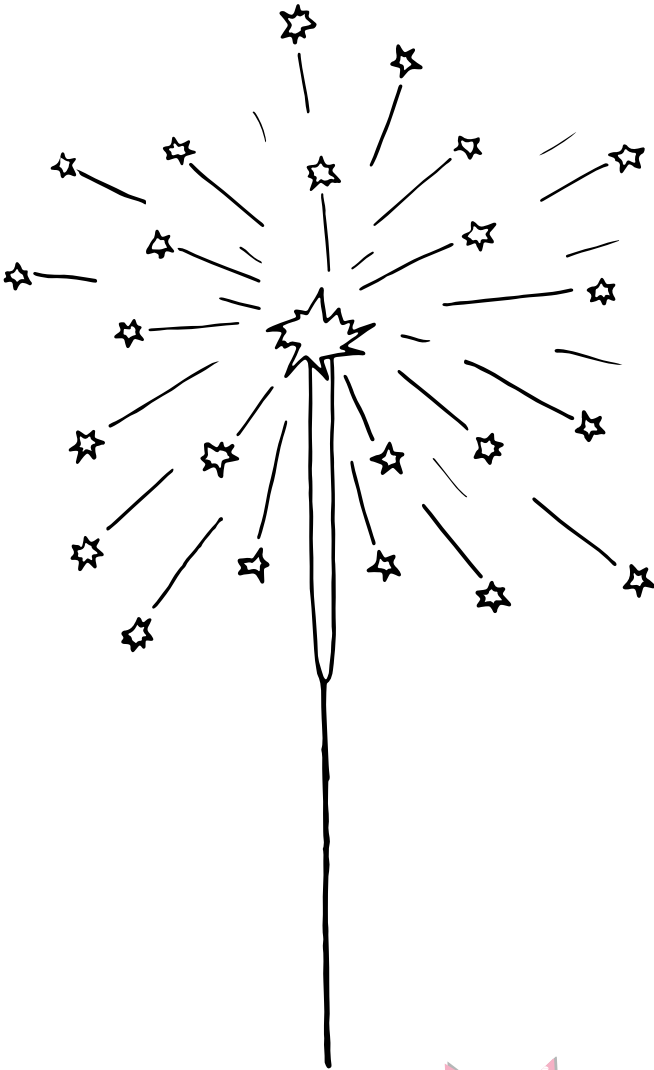
11.1.

Halte heute nach Wundervollem Ausschau –  
auch wenn es noch so **klitzeklein** ist.

Mach ein Foto davon!



Male die **Wunderkerze** an. Mit Wasserfarbe  
und einem Borstenpinsel kannst du so richtig die Funken sprühen lassen!





13.1.

Heute ist **Staunntag!**

Beschäftige dich mal damit, wie genial das Universum funktioniert  
oder wie wunderschön eine einzelne Blüte gemacht ist.  
Oder betrachte deinen Körper und staune darüber, wie toll er erdacht ist.  
Klebe hier eine Collage aus Fotos, Worten und Bildern.

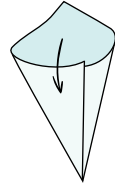
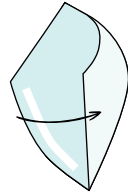


## 14.1.

Bastele eine **Wundertüte**: Klebe einen Streifen Doppellesafilm an den Rand eines quadratischen Blattes. Lege die beiden gegenüberliegenden Ecken so übereinander, dass sich eine Tüte ergibt.

Fülle die Tüte mit einer kleinen Überraschung.

Klappe die obere Ecke um und verschließe die Tüte mit einem Stück Washi-Tape.



## 15.1.

**Liebe** .....

! (bitte deinen Namen einsetzen)

H. D. G. D. L. Weil ich dich mit ganz viel Liebe von Meisterhand gemacht habe.

H. D. G. D. L. Weil ich alles für dich gegeben habe.

H. D. G. D. L. Weil du mir alles bedeutest.

Vergiss es nie: H. D. G. D. L. – Dein himmlischer Papa



## 16.1.

Was bewunderst du an **Jesus**?

-----  
-----  
-----  
-----

17.1.

Wofür bist du heute so richtig **dankbar?**

Notiere mindestens fünf Sachen!



-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

18.1.

**Ein Wunder, bitte!**

Male dir dein persönliches Wunder-Erinnerungskärtchen,  
das dich daran erinnert, regelmäßig dafür zu beten.

**Wer nicht an Wunder glaubt,  
ist kein Realist.**

David Ben-Gurion





19.1.

Schwirren dir auch ständig *Ideen* durch den Kopf,  
was du schon immer mal basteln, backen oder unternehmen wolltest?  
Halte sie auf dieser Seite fest!



20.1.

Klebe mit Washi-Tape einen Rahmen um diesen Kasten.

Male, schreibe oder klebe *schöne Erinnerungen* rein.

21.1.

Welches **Wunder** aus der **Bibel**  
hättest du gerne selbst miterlebt?



---

---

---



22.1.

Mach aus einem Einweckglas  
dein persönliches **Dankeschön-Glas**.  
Immer, wenn du über etwas staunst oder dankbar bist,  
wirf eine Bohne, ein Steinchen oder eine Perle rein –  
und schau, wie es sich nach und nach füllt!

23.1.

Falls heute zufällig minus 10 Grad Celsius sein sollten,  
kannst du **gefrorene Seifenblasen** selber machen:  
Einfach einen Mix aus 200 ml Leitungswasser, 35 ml Zuckersirup,  
35 ml Spülmittel und 2 EL Zucker durch ein Röhrchen blasen!  
Guck dir im Internet Fotos von gefrorenen Seifenblasen an!

