

De perfekte Kaddo?

Ech wëll e schéine Gest maachen, mee...



... et ass oft **méi Stress ewéi Freed**

#RELAX

Studien hu gewisen datt vill Leit méi gestresst an der **Chrëschtdagsperiod** sinn ewéi de Rescht vum Joer.



... mir ginn d'**Iddien** aus



- Nach ni virdrun hu mir souvill **materiell Saache** gehat.
- Wéineg Leit waarden nach op d'Feierdeeg fir dat ze kréie wat si wëllen, well vill Produiten accessibel a bëlleg gi sinn.



4 Froe fir de Kaddo-Expert

#MINIMALISMUS



Ass mäi Kaddo noutwendeg?



"Vill Leit wëllen net onbedéngt **méi**, mee éischer **manner**."



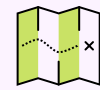
- Bis zu 1/5 vun de Kaddoe ginn **ni benotzt**.
- 4% ginn direkt an d'**Poubelle** geheet.



Wéi wier et mat engem gemeinsamen Erleefnes?

= déi **perséinlech**st Geschenker!

z.B. Aktivitéiten, Hëllef / Service ubidden ...



Kann ech e selwer maachen?



Liewensmëttel, Fleegeproduiten, Souveniren ...



Ass en nohalteg?

laanglieweg / robust



gesond an ouni chemesch Produiten



Bonus: lokal produzéiert?



ouni Verpackung *



#ECOGIFT

* Tipp: Notz Material, wat s du schonn doheem hues!



Das perfekte Geschenk?



Ich will dir etwas Schönes schenken, aber...



... es ist oft **mehr Stress als Freude**

Studien haben gezeigt, dass viele Menschen in der **Weihnachtszeit** gestresster sind als im Rest des Jahres.



#RELAX

... mir fallen die **Ideen aus**

- Wir häufen immer mehr **materielle Dinge** an.
- Nur selten wartet man noch bis zu den Feiertagen, um das zu bekommen, was man will, da viele Produkte zugänglich und billig geworden sind.



4 Fragen an den Geschenkeexperten:

#MINIMALISMUS



Ist mein Geschenk **nützlich**?

"Viele wollen nicht unbedingt **mehr**, sondern **weniger**."



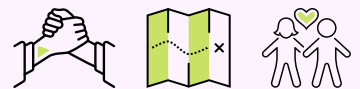
- Bis zu 1/5 der Geschenke werden **nie benutzt**.
- 4% werden direkt in den **Müll** geworfen.



Wie wäre es mit einem **gemeinsamen Erlebnis**?

= die **persönlichsten** Geschenke!

z.B. Aktivitäten, Hilfe / Service anbieten ...



Kann ich es **selbst machen**?

Lebensmittel, Pflegeprodukte, Souvenirs ...



Ist es **nachhaltig**?

langlebig / robust



gesund und ohne Chemikalien



Bonus: lokal hergestellt?



ohne Verpackung *



#ECOGIFT

* Tipp: Verwende Materialien, die du bereits zu Hause hast!



Le cadeau parfait?

Je veux faire plaisir à mes proches, mais...



... c'est + de **stress** que de **plaisir**

Des études ont montré que de nombreuses personnes sont plus stressées pendant la **période de Noël** que le reste de l'année.



#RELAX

... je suis en **manque d'inspiration**



- Nous cumulon de plus en plus de **choses matérielles**.
- Peu de gens attendent encore les fêtes pour obtenir ce qu'ils veulent, car l'accessibilité augmente et les prix baissent.



4 questions pour l'expert des cadeaux:

#MINIMALISME

Mon cadeau est-il utile ?



"Beaucoup de gens ne veulent pas forcément **plus**, mais plutôt **moins**."



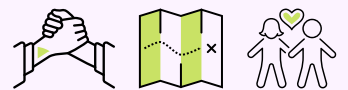
- Jusqu'à 1/5 des cadeaux ne sont **jamais utilisés**.
- 4% sont directement jetés à la **poubelle**.



Que dirais-tu d'une expérience partagée ?

= les cadeaux les + **personnels!**

p.ex. une activité, proposer de l'aide / un service ...



Puis-je le faire moi-même ?

de la nourriture, un produit de soin, des souvenirs ...



Est-il durable ?

solide / réparable



sain et sans produits chimiques



produit localement?



sans emballages *



#ECOGIFT

* Astuce: Utilise du matériel que tu as déjà chez toi!



O regalo perfeito?

Quero te agradecer com uma surpresa, mas ...



... é mais **estresse** do que **prazer**

Estudos mostram que muitas pessoas ficam mais estressadas na **época do Natal** do que no resto do ano.



#RELAX

... não tenho **ideias**



- Estamos acumulando cada vez mais **coisas materiais**.
- Poucas pessoas ainda esperam até as férias para conseguir o que desejam, pois muitos produtos se tornaram acessíveis e baratos.



4 perguntas para o especialista em presentes:

#MINIMALISMO



Meu presente é útil ?



"Muitas pessoas não querem **mais**, mas sim **menos**."



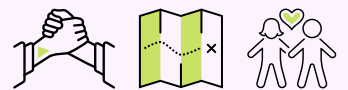
- Até 1/5 dos presentes **nunca são usados**.
- 4% são jogados diretamente **no lixo**.



Que tal uma experiência compartilhada ?

= os presentes **mais pessoais!**

p. ej. atividades, oferecendo ajuda / um serviço ...



Posso fazê-lo eu mesmo ?



p. ej. comida, produtos de manutenção, lembranças ...



É sustentável ?

durável / robusto



saudável e sem produtos químicos



produzido localmente?



sem embalagem *



#ECOGIFT

* Dica: Use materiais que você já tem em casa!



The perfect gift?

I like to please with nice presents, but ...



... it's often **more stress than joy**

Studies have shown that many people are more stressed during the Christmas season than the rest of the year.



... I fall short of **inspiration**

#RELAX

- Never before have we owned so many **material things**.
- Few people are still waiting for the celebrations to get what they want, as many products have become accessible and cheap.



4 questions for the gift expert:



#MINIMALISM

Is my gift necessary ?



"Vill Leit wëllen net onbedéngt **méi**, mee éischer **manner**."



- Bis zu 1/5 vun de Kaddoe ginn **ni benotzt**.
- 4% ginn direkt an d'**Poubelle** geheit.



How about a shared experience ?



= the **most personal** gifts!



z.B. activities, offering help / a service ...



Can I do it myself ?



E.g. Food, beauty care, a song, a drawing, a photo album ...



Is it sustainable ?

long-lasting / robust



healthy and without chemicals



Bonus: locally produced ?



without packaging *



#ECOGIFT

* Tip: Use materials that you already have at home!

