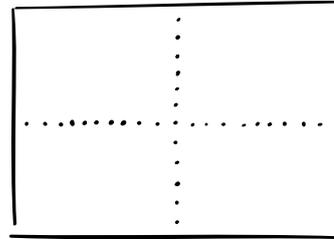




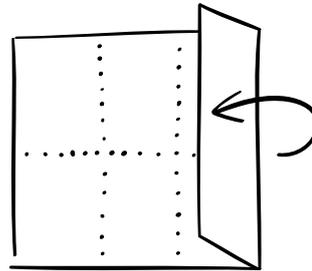
Essen-und Gefühle-Tagebuch

Faltanleitung

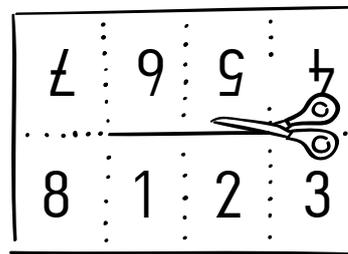
- 1 Lege das Blatt des Tagebuchs vor dich hin und falte es jeweils in der Hälfte, sodass ein Kreuz zu sehen ist, wenn du es wieder aufklappst.



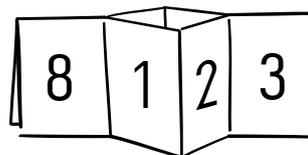
- 2 Falte es dann entlang der Trennlinien, also jeweils die linke und rechte Seite zum mittleren Falz.



- 3 Lege das Blatt wieder in voller Größe vor dich hin und schneide den markierten Bereich ein. Achtung: Der Schnitt soll nicht durch die gesamte Länge gehen.



- 4 Klappe es nun der Länge nach so zusammen, dass die Bilder außen zu sehen sind.



- 5 Ziehe es nun an den Ecken so auseinander, dass daraus ein Kreuz entsteht. Falte es dann so, dass die Titelseite ganz vorne zu sehen ist. Fertig ist dein Tagebuch!

