



**Rachel Aust**

## **Minimal Life**

### **Mit weniger zu mehr**

#### **Minimalismus für alle Lebensbereiche.**

Endlich weg mit dem Ballast! Dieser **praktische, visuelle Ratgeber** hilft Ihnen dabei, ab jetzt befreiter durchs Leben zu gehen. YouTuberin Rachel Aust zeigt Ihnen in ihrem **ultimativen 30-Tage-Programm** Schritt für Schritt den alltagstauglichen Weg: mit Mini-Challenges zum Sofortumsetzen, 21-Tage-Plänen für mehr Selbstfürsorge, Entscheidungsbäumen als **Aussortierhilfen** und übersichtlichen Listen. Inklusive Tipps & Tricks, um **in Zukunft immer aufgeräumt** zu bleiben.

#### **Minimalismus macht glücklich – und kann so einfach sein!**

Weniger ist mehr! Denn einfach zu leben heißt nicht, dass Sie auf schöne Dinge verzichten müssen. Minimalismus bedeutet, dass Sie überflüssige Dinge oder Angewohnheiten loswerden, die Ihnen nicht guttun. Rachel Aust erklärt in ihrem stylischen Minimalismus-Ratgeber, wie leicht der Start in ein einfaches Leben gelingt.

#### **Mehr Minimalismus im Leben : Das erwartet Sie im Buch:**

- Einleitung: Was ist Minimalismus eigentlich?
- Auf das Wesentliche reduzieren.
- Der 30-Tage-Minimalismus-Plan.
- Der perfekte Kleiderschrank.
- Vereinfachen Sie Ihr Leben.

**Jetzt das Buch bestellen und dank Minimalismus ab sofort glücklicher und einfacher leben. Ein wundervolles Selfcare-Programm!**

**Rachel Aust**

### **Minimal Life**

**Mit weniger zu mehr**

ISBN 978-3-8310-3758-2

144 Seiten, 157 x 202 mm

Mit farbigen Fotos und Illustrationen

€ 12,95 (D) / € 13,40 (A)

