

## 2. time:out-Mail vom 26. Februar 2010



### Schritt für Schritt zum Ziel

Die erste Woche time:out liegt bereits hinter dir und du hast sicher positive wie auch negative Erfahrungen gemacht. Da das Ziel noch in weiter Ferne liegt, atme nun kurz kräftig durch und beachte unsere nächsten **Tipps**:

- Schau nicht zu weit voraus. Nimm jeden Tag zum Ziel. Und schon bald sind die 6 Wochen vorbei. Denn: Auch kleine Erfolge sind Erfolge.
- Fällt dir der Verzicht schwer, dann besuche [www.timeoutschweiz.ch](http://www.timeoutschweiz.ch) und klicke dich im Forum ein, um deine Erfahrungen auszutauschen. Oder höre Radio Life Channel, Montag bis Freitag, 8.40 und 18.10 Uhr, sowie Samstag, 8.40 Uhr. In Kurzbeiträgen wird über time:out berichtet.

Wege entstehen dadurch, dass man sie geht. In diesem Sinne drücken wir dir weiterhin die Daumen.

Dein time:out-Team

PS: Mach mit beim Wettbewerb für den besten Kurzfilm. Oder bewerte Videos auf youtube. Weitere Informationen: [www.timeoutschweiz.ch/win](http://www.timeoutschweiz.ch/win)

[www.timeoutschweiz.ch](http://www.timeoutschweiz.ch)

Während der Aktionszeit gibt's time:out täglich auf Radio Life Channel:

- Montag bis Freitag, jeweils um 8.40 und 18.10 Uhr
- Samstag, um 8.40 Uhr.