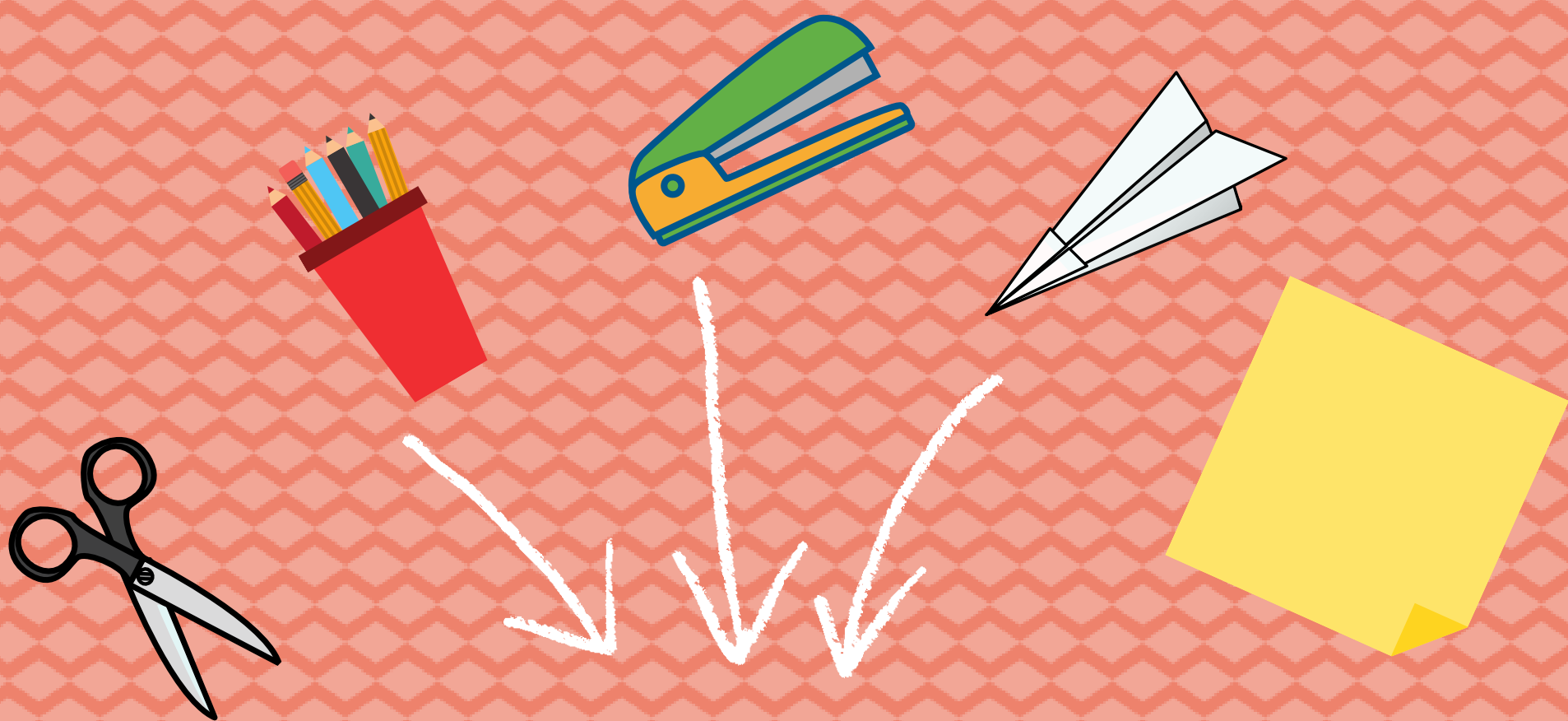




Haste mal 5 Minuten?



**Na, ab und zu
gestresst und
sauer?**



**Probier´ s doch
mal mit einem
Wutball!**

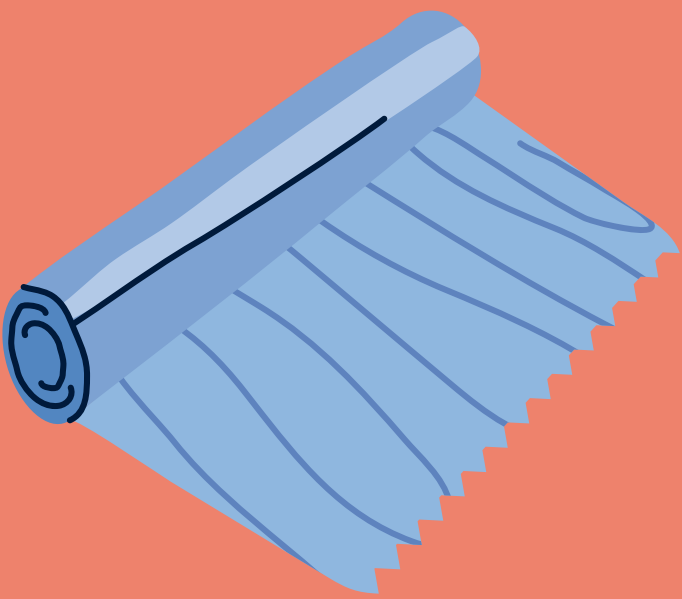
du brauchst:



Eine Tasse



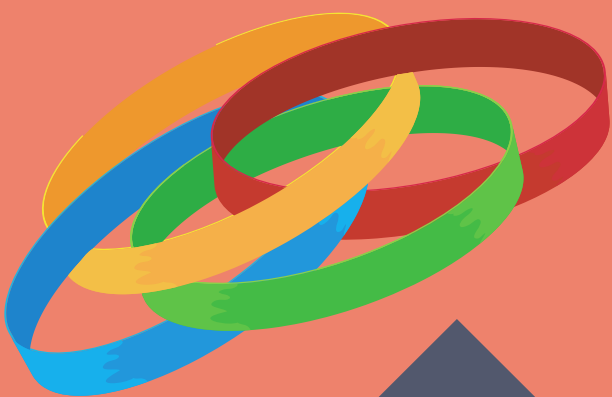
8 El Mehl



**Frischhaltefolie/
Tüte**



1-2 alte Socken



Gummi



Edding



**Leg die
Frischhaltefolie
oder deine Tüte in
der Tasse aus.
Achte darauf, dass
du genügend Folie
abstehen lässt zum
Zuknoten!**

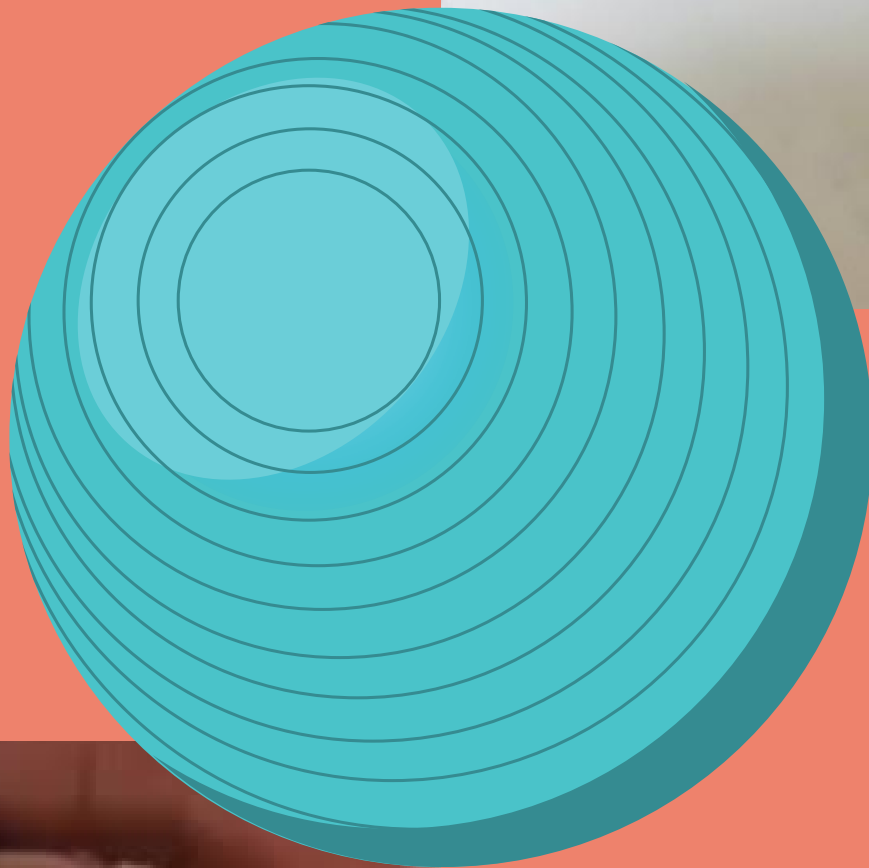


**Befülle die
Tasse mit 8
El Mehl**



**Wenn du deinen Ball größer oder kleiner
möchtest, füge noch mehr Mehl dazu oder
lass ein paar Löffel weg!**

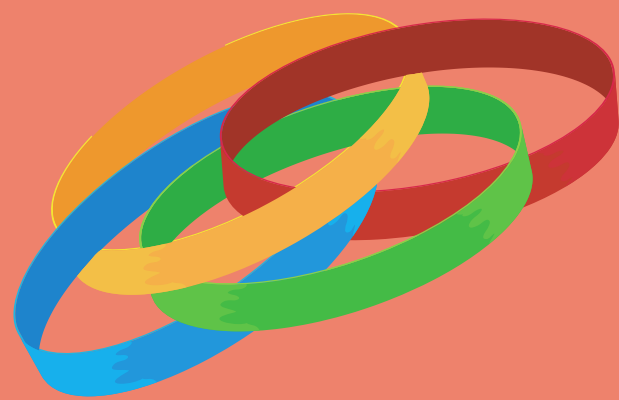
**Drehe deine
Folie ein und
knote den
Ball zu**



**Forme deinen
Ball schön
rund**



**Zieh deine Socke
über den Ball und
schneide ein
Stück vom
überstehenden
Rest ab**



**Binde die offene Seite mit
dem Gummi zu**

**Verpasse deinem
Wutball noch ein
fieses Gesicht mit
dem Edding**



**und noch eine
schicke Haarfrisur
;)**



**Fertig ist dein Wutball
und bereit zum
zerquetschen**



**Viel Spaß beim
Nachmachen und
der
Wutvertreibung!**