

Inhalt

1. Leuchten am Horizont – Polarlichter

Grenzen überwinden
Game-Changer des Lebens

2. Ausstieg aus dem ZDF

Entscheidung
Mein Weg
Veränderung
Mit Sicherheit in die Unsicherheit
Selbst.bewusst.sein – eine Weltreise beginnt IN dir

3. Friedolins Freunde – Werte als Leitfaden für Glück

Lebe deine Träume
Bewusstheit
Mindset
Umsetzung
Sei einzigartig
Folge deinem Herzen
Entdecke dich und die Welt
Bleib gelassen
Sei mutig und vertraue dir selbst

4. Countdown bis zur Weltreise

Fakten schaffen
Vorbereitungen für eine Tour um den Planeten
Es reist sich einfacher mit leichtem Gepäck
Abschied

5. Zum Glück um die Welt

COSTA RICA – PURA VIDA

Reiche Küste
Außergewöhnliche Anhalterin
Kein Geld
Geldkunstwerk
Wie finanziere ich eine Weltreise?
Das Leben leicht nehmen
Vital alt werden
Die einfachen Dinge genießen
Begegnung mit einem digitalen Nomaden
Aussteigerin Anni
Kostbare Lebenszeit
Reifenpannen
Stress auf der Straße
Pech und Glück
Affenstark!

Auf Frust folgt Lust
Du bist beschützt
Glücksgeheimnis eines Ticos
Kennst du deine Ziele?

WEST-USA – YOU ONLY LIVE ONCE

Leben und Tod liegen nah beieinander
Überschwemmung
Ort des Horrors
Auf der Suche nach Glück
Wasser, eine kostbare Ressource
Eiskalt erwischt
Kraftmomente
Whiteout im Wintersturm
54 Grad Temperaturunterschied
Höhen und Tiefen überwinden
Die größten Robben der Welt
Glücksgeheimnis einer Nordamerikanerin
Ein verschwundener Tag

TONGA – MALO E LELEI

Angekommen im Paradies
Heimat ist überall
Abenteuertrip ins Abseits
Andere Länder, andere Sitten
Kindertag

Glücksgeheimnis einer Tonganerin

Die Erde bebt
Kinderbuchlesungen am anderen Ende der Welt
Loslassen annehmen

NEUSEELAND – KIA ORA

Kulturschock
Sprungbrett der Verstorbenen
Funkelnder Glücksmoment
Überraschung
Was wir nicht sehen, beeinflusst, was wir sehen
Ein Unikat: „Kartoffi“
Die Erde lässt Dampf ab
Perle im Pazifik

Glücksgeheimnis einer Neuseeländerin

Ich kann das!
Zu dritt auf die Südinsel
Matariki - Neujahr im Juli
Seelöwen statt Schweinehund

SINGAPUR

Sicherheit versus Selbstbestimmtheit

Aus, der Traum!