

21 Tage Glücks-Challenge

WUSSTEST DU, DASS ES 21 TAGE BRAUCHT, BIS WIR NEUE GEWOHNHEITEN IN UNS ABGESPEICHERT HABEN? DAFÜR SIND SIE NACH DIESER ZEIT ABER OFT IN UNS VERANKERT. LASS UNS 21 TAGE LANG GEMEINSAM GLÜCKLICH SEIN.

GLÜCKLICH-MACHER

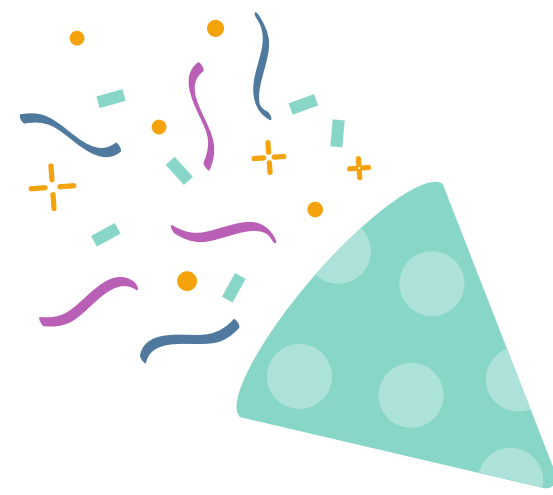
DINGE, DIE WIR GERNE MACHEN, ERFÜLLEN UNS MIT FREUDE. VERSUCHE, JEDEN TAG ETWAS ZU MACHEN, WAS DICH GLÜCKLICH MACHT.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12
13 14 15 16 17 18 19 20
21

DANKBAR SEIN

OFT WISSEN WIR GENAU, WAS UNS NERVT ODER STÖRT. WEISST DU ABER AUCH, FÜR WIE VIEL WIR DANKBAR SEIN KÖNNEN? SCHREIBE JEDEN TAG ETWAS AUF, WOFÜR DU DANKBAR BIST.

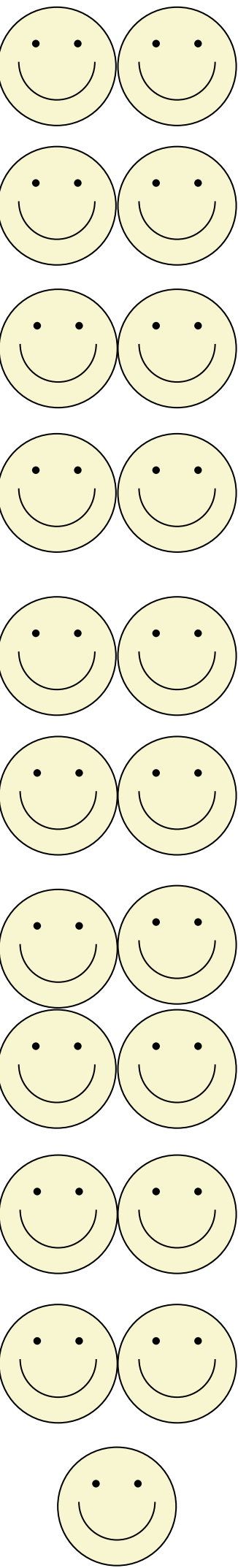
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Glücksfinder

DAS GLÜCK LIEGT IN DEN KLEINEN DINGEN. UND OFT LIEGT ES AN UNS, OB WIR GENAU GENUG HINSCHAUEN, WO DAS GLÜCK SICH UNS ZEIGT. VERSUCHE, AN JEDEM TAG ETWAS ZU FINDEN, WAS DICH GLÜCKLICH MACHT.

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
11 12 13 14 15 16 17
18 19 20 21



Freude schenken: Streiche immer dann einen Smiley durch, wenn du an einem Tag einen anderen Menschen zum Lächeln gebracht hast.