

# GREAT DREAM

## 10 Schlüssel zum glücklicheren Leben

**G**IVING



Tu etwas für andere

**R**ELATING



Verbinde dich mit anderen

**E**XERCISING



Sorge gut für deinen Körper

**A**WARENESS



Lebe bewusst

**T**RYING OUT



Lerne immer wieder Neues

**D**IRECTION



Setz dir Ziele, auf die du dich freust

**R**ESILIENCE



Lerne, wieder auf die Beine zu kommen

**E**MOTIONS



Finde heraus, was dir gut tut

**A**CEPTANCE



Fühl dich wohl mit dir selbst

**M**EANING



Sei Teil von etwas Größerem

ACTION FOR HAPPINESS

[www.actionforhappiness.de](http://www.actionforhappiness.de)

# ACTION FOR HAPPINESS

Mach mit. Sei Teil der Veränderung.

Wir alle wollen ein glückliches Leben führen und wollen, dass auch die Menschen, die wir lieben, glücklich sind. Doch trotz jahrzehntelangem Wirtschaftswachstum sind wir als Gesellschaft heute nicht glücklicher als vor sechzig Jahren. Wir müssen unsere Prioritäten überdenken.

Die gute Nachricht: Unser Handeln kann unser Lebensglück beeinflussen. Denn was uns glücklich macht, hat weniger mit unserem Geld oder Besitz zu tun, als mit unseren Einstellungen und Beziehungen zu anderen Menschen.



Action for Happiness ist eine Bewegung von Menschen aus allen Lebensbereichen, die sich in ihrem eigenen Leben, in Nachbarschaften, an Arbeitsplätzen und in Schulen für eine glücklichere und fürsorglichere Gesellschaft einsetzen.

Wir helfen Menschen, praktische Wege zu finden, um ihr Wohlbefinden zu steigern und andere glücklicher zu machen. Dabei stützen wir uns auf die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse darüber, was wirklich funktioniert. Beginne mit unseren „Zehn Schlüsseln zum glücklicheren Leben“.

**Eine glücklichere Welt ist möglich. Dein Handeln wirkt.**

„Ich werde versuchen, mehr Glück und weniger Unglück in der Welt um mich herum zu stiften.“

*Das Action for Happiness Versprechen*



ACTION FOR HAPPINESS

[www.actionforhappiness.de](http://www.actionforhappiness.de)