

# 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**MOTION



Finde heraus, was dir gut tut

**A**CEPTANCE



Fühl dich wohl mit dir selbst

**M**EANING



Sei Teil von etwas Größerem

ACTION FOR HAPPINESS

DEUTSCHLAND

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

if you want to

FEEL  
GOOD



do good



Wenn du dich gut fühlen willst, tu Gutes

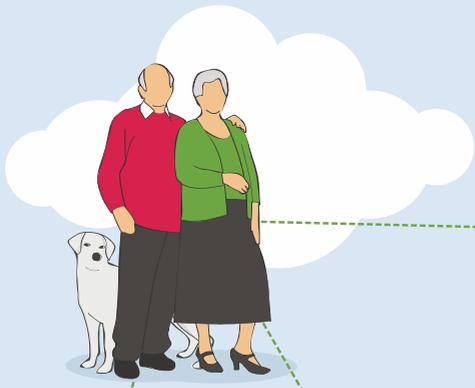
ACTION FOR HAPPINESS

DEUTSCHLAND

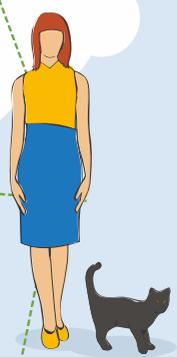
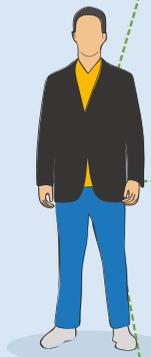


Tu etwas für andere

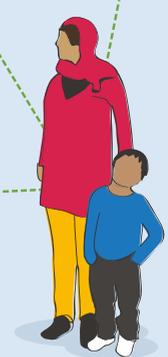
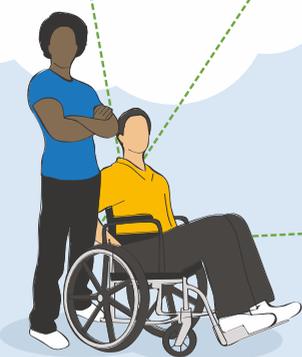
[www.actionforhappiness.de](http://www.actionforhappiness.de)



When we're together,



everything's better



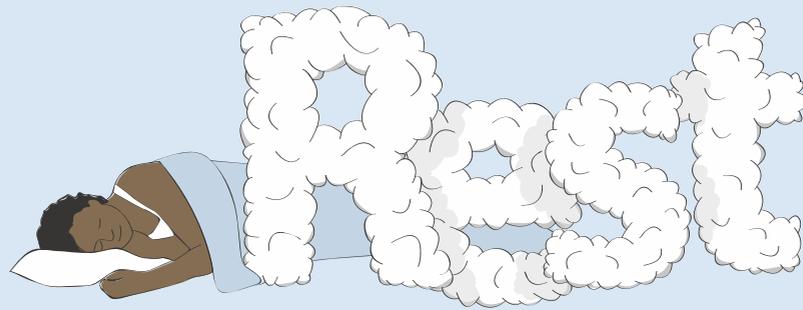
Wenn wir zusammen sind, ist alles besser

**ACTION FOR HAPPINESS**  
DEUTSCHLAND

  
Verbinde dich mit anderen  
[www.actionforhappiness.de](http://www.actionforhappiness.de)



**RELAX**



**REPEAT  
DAILY**

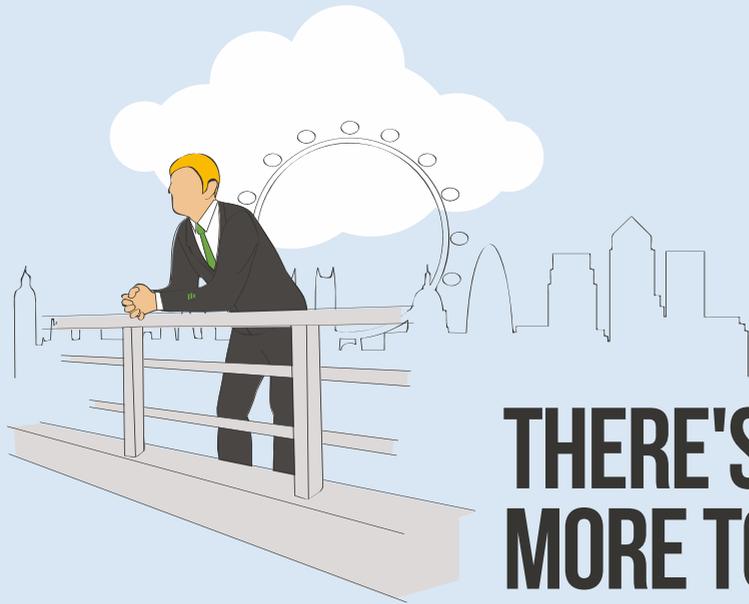


Sei aktiv, entspanne, ruh dich aus.  
Wiederhole es täglich

**ACTION FOR HAPPINESS**  
DEUTSCHLAND



Sorge gut für deinen Körper  
[www.actionforhappiness.de](http://www.actionforhappiness.de)



THERE'S MORE TO **LIFE**

*when you stop and*

**NOTICE**



Das Leben hat mehr zu bieten,  
wenn du innehältst und es bemerkst

ACTION FOR HAPPINESS

DEUTSCHLAND



Lebe bewusst

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

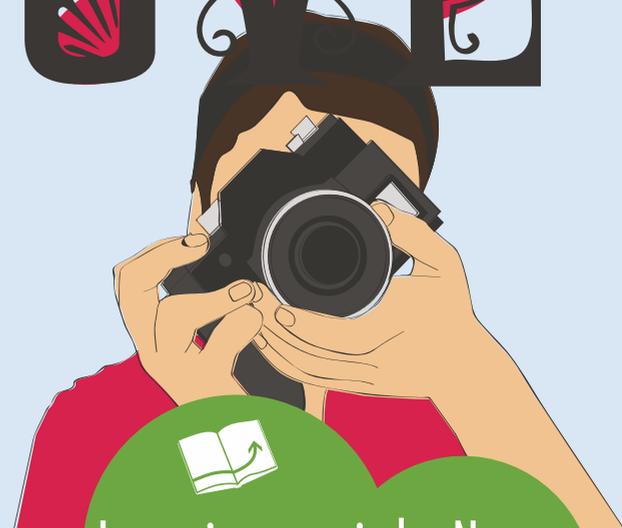
Finde Zeit, dich in dem zu  
verlieren, was du liebst

Find time to

lose  
yourself



IN WHAT  
YOU LOVE



ACTION FOR HAPPINESS

DEUTSCHLAND

Lerne immer wieder Neues  
[www.actionforhappiness.de](http://www.actionforhappiness.de)

Es hilft zu wissen,  
worauf du dich freust

it helps to  
know what

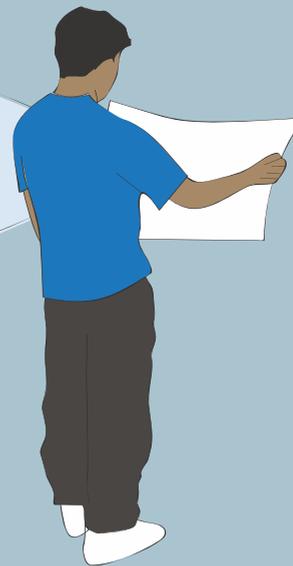
YOU'RE LOOKING  
FORWARD TO

SEE NEW THINGS

GOOD HEALTH

REWARDING JOB

FAMILY AND FRIENDS



ACTION FOR HAPPINESS

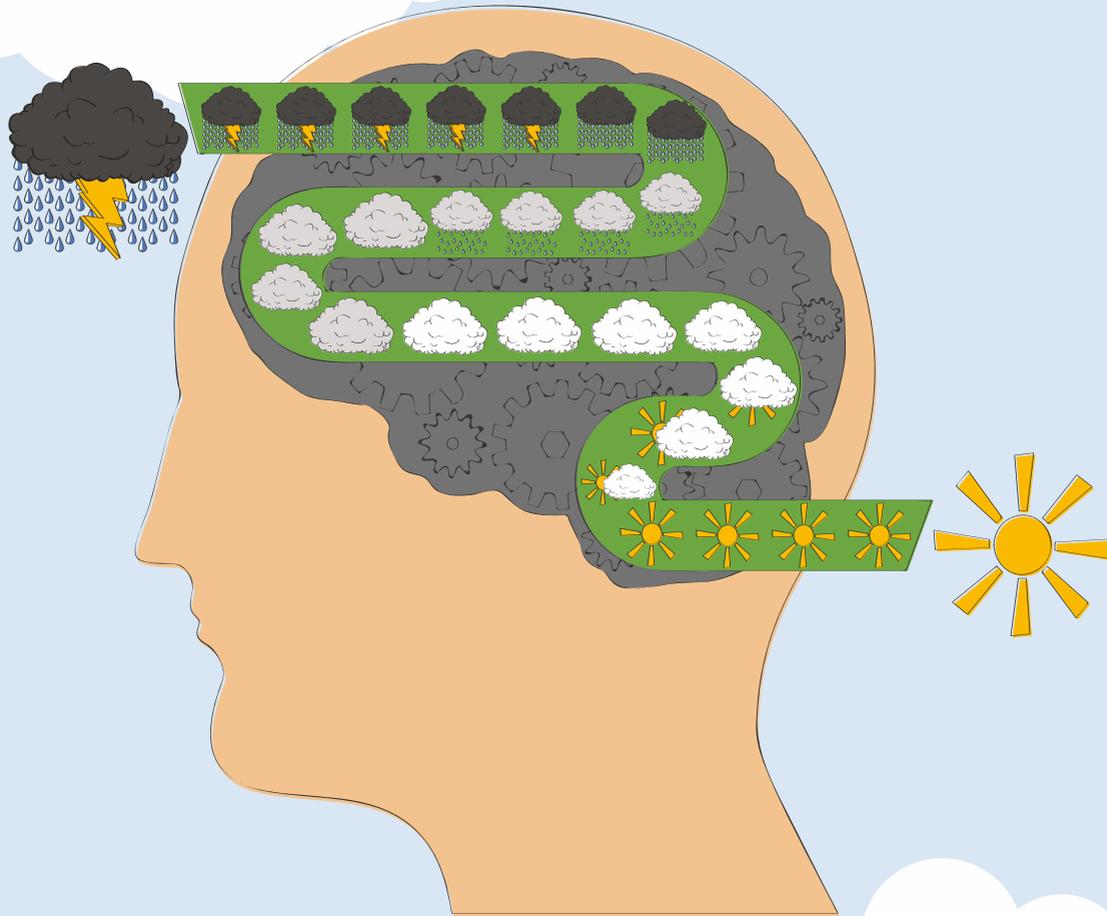
DEUTSCHLAND



Setz dir Ziele, auf die du dich freust

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

If you can't **CHANGE** it,



change the way you  
**THINK** about it

Wenn du es nicht ändern kannst,  
ändere die Art, wie du darüber denkst

ACTION FOR HAPPINESS

DEUTSCHLAND



Lerne, wieder auf die Beine zu kommen  
[www.actionforhappiness.de](http://www.actionforhappiness.de)

Sieh das Leben wie es ist, aber

**SEE LIFE AS  
IT IS, BUT**

**FOCUS ON  
THE GOOD BITS**



**konzentriere dich  
auf die guten Dinge**

**ACTION FOR HAPPINESS**

**DEUTSCHLAND**



Finde heraus, was dir gut tut

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

Don't compare your  
**insiders**



with other people's  
**outsiders**

Vergleiche nicht dein Inneres  
mit dem Äusseren anderer Menschen

ACTION FOR HAPPINESS

DEUTSCHLAND



Fühl Dich wohl mit dir selbst  
[www.actionforhappiness.de](http://www.actionforhappiness.de)

# THE MEANING OF LIFE



Der Sinn des Lebens ist ein Leben mit Sinn

ACTION FOR HAPPINESS

DEUTSCHLAND



Sei Teil von etwas Grösserem  
[www.actionforhappiness.de](http://www.actionforhappiness.de)