

# GREAT DREAM

10 Schlüssel zum glücklicheren Leben

**GIVING**



Tu etwas für andere

**RELATING**



Verbinde dich mit anderen

**EXERCISING**



Sorge gut für deinen Körper

**AWARENESS**



Lebe bewusst

**TRYING OUT**



Lerne immer wieder Neues

**DIRECTION**



Setz dir Ziele, auf die du dich freust

**RESILIENCE**



Lerne, wieder auf die Beine zu kommen

**EMOTION**



Finde heraus, was dir gut tut

**ACCEPTANCE**



Fühl dich wohl mit dir selbst

**MEANING**



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

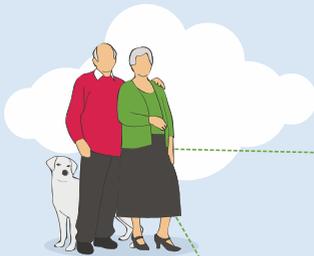
ACTION FOR HAPPINESS

DEUTSCHLAND



Tu etwas für andere

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



When we're together,



everything's better



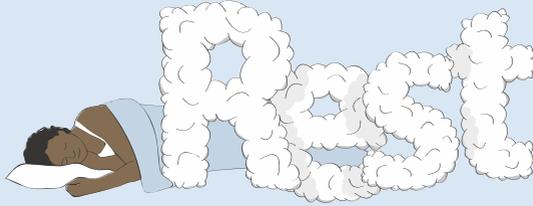
Wenn wir zusammen sind, ist alles besser

**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

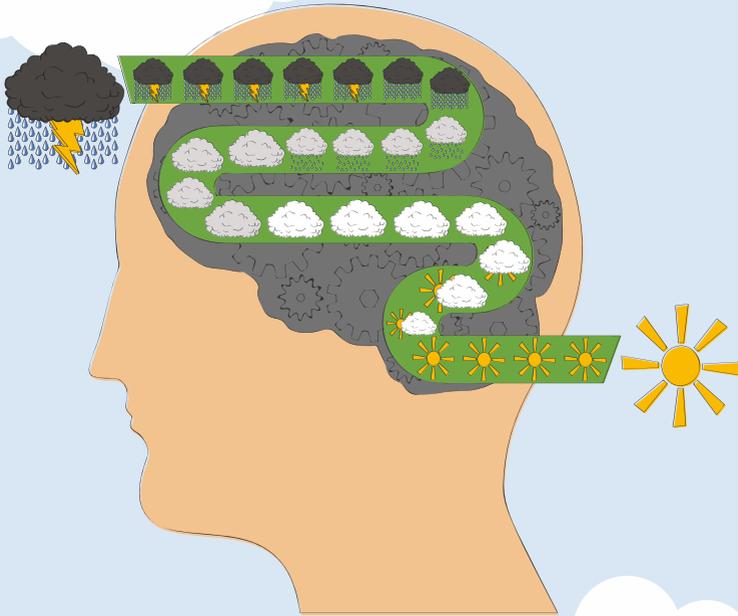
DEUTSCHLAND



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  
**insides**



with other people's  
**outsides**

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)