

Glückstipp:

Wie Sie Ihr Leben garantiert innerhalb von einer Woche positiver sehen:

Nehmen Sie sich täglich fünf Minuten Zeit, und schreiben Sie drei Dinge in Ihr Glücks-Tagebuch, für die Sie dankbar sind. Es dürfen auch kleine sein.

Innerhalb von wenigen Tagen werden Sie mehr entdecken, als Sie erwartet hatten. Denn: Dankbarkeit ist der erste Schritt zum Glück. Wer dankbar ist, dem geht es gleich besser.

Und dieses Glücks-Tagebuch taugt viel besser zum Nachlesen als ein Tagebuch, weil darin nur Schönes steht!



Ria Eugster

Ich bin begeisterter Coach mit folgenden Spezialitäten: mehr Lebensfreude

in Beziehung, Patchwork und im Älterwerden. <http://www.coacheria.ch>

