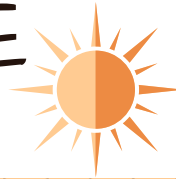


DIE GUTE WOCHE

mit meinen guten Geschichten



Nimm Dir jeden Abend einen Moment Zeit und überlege Dir, was heute gut gelaufen ist, was Dir Schönes widerfahren ist, was Dir geschmeckt hat, etc. Durch das sammeln der guten Geschichten, kannst Du die Aufmerksamkeit Deines Geistes bewusst lenken und Dein Wohlbefinden dadurch positiv beeinflussen!

Tag 1 (Was war heute gut?)

Tag 2

Tag 3

Tag 4

Tag 5

Tag 6

Tag 6

Notizen