

Checkliste für mehr **HAPPINESS**

WIE HABE ICH MICH ERNÄHRT?

HABE ICH MICH BEWEGT?

WAR ICH DRAUSSEN?

WIE (LANGE) HABE ICH GESCHLAFEN?

HATTE ICH HEUTE SPASS?

HATTE ICH MIT EINER MIR WICHTIGEN PERSON KONTAKT?

