

# Die magischen DREI für mehr Wohlbefinden



Mit diesen drei Dingen werde ich mich regelmäßig belohnen:



Diese drei Dinge tun mir nicht gut. Ich werde sie nach und nach verändern und/oder loslassen:



Diese drei Dinge tun mir gut, sie geben mir Kraft und Energie.  
Ich werde sie in meinen Alltag integrieren und regelmäßig umsetzen:



Mit diesen drei Dingen werde ich meine Umgebung gemütlicher machen:



Diese drei Dinge werde ich entdecken und/oder ausprobieren:

