

## 5 Minuten Neues erproben!

Zum Weiterempfehlen diesen Link <http://www.5-minuten.com/> verschicken!

D1

**Denken Sie bitte an die Menschen, die Ihnen im Leben am wichtigsten sind.**

**Wofür sind Sie diesen Menschen dankbar? Schreiben Sie die *drei* wichtigsten Menschen auf und schreiben sie jeweils *drei* Dinge dazu, was Sie an Positivem von dieser Person erfahren haben. Versuchen Sie sich das Gute, das Sie empfangen haben, nochmals spürbar vorzustellen!**

***Sprechen Sie mit jemandem darüber!***

Viel Erfolg!

*B. Hilbert*