

Glück ist kein Zufall, Glück ist eine Fähigkeit!  
Danke für Euer comMITment, und dass ihr am Montag dabei wart!

### Impulse des Abends:

**Glück entspringt unserer Haltung, unserer Einstellung, unserer Bewertung einer Situation**

*„Es is net wias kimmt, es is wia mas nimmt.“*

*„Glück hängt nicht davon ab, wer du bist oder was du hast, es hängt davon ab, was du denkst.“ – Dale Carnegie*

*„Zwischen Weinen und Lachen schwingt die Schaukel des Lebens, zwischen Weinen und Lachen fliegt in ihr der Mensch.“ – Christian Morgenstern*

**Lebenshausaufgabe ;):** Positive Emotionen / Seifenblasenmomente sammeln

**Zaubertool:** Dankbarkeit, Achtsamkeit, gelingende Beziehungen

Wenn du mit der **Glücks- und Mental Health Trainer Ausbildung** liebäugelst, dir aber noch nicht ganz sicher bist ... dann schau doch bei uns auf der Website vorbei. Hier findest du mehr Infos und die Termine für den Lehrgangstart im Frühjahr 2026 bei uns in Linz und vom online Herbstlehrgang. Wenn du dabei sein möchtest, dann antworte einfach auf dieses Mail an [campus@kopfgarten.at](mailto:campus@kopfgarten.at) mit "Ja, ich will,, – und der Link zum virtuellen Seminarraum kommt unverbindlich in dein Mail-Postfach.

**Glücklich sein kann man lernen.**

**kopfgarten**  
DEIN GLÜCKSCAMPUS

