

GREAT DREAM

DESET KLÍČŮ KE ŠTĚSTÍ

GIVING



Laskavost

RELATING



Vztahy

EXERCISING



Péče o tělo

AWARENESS



Všímavost

TRYING OUT



Učení se novému

DIRECTION



Směřování

RESILIENCE



Odolnost

EMOTIONS



Emoce

ACEPTANCE



Přijetí

MEANING



Smysluplnost

ACTION FOR HAPPINESS

www.actionforhappiness.cz

www.actionforhappiness.org

ACTION FOR HAPPINESS

Přidejte se ke změně

My všichni chceme žít šťastný život, a chceme, aby byli šťastní lidé, které máme rádi.

Jako společnost tomu ale nevěnujeme dostatek pozornosti.

Navzdory dekádě ekonomické prosperity nejsme šťastnější než dříve. Proto bychom se měli zamyslet nad našimi prioritami.

Dobrá zpráva je, že štěstí máme do velké míry ve vlastních rukou.

To, zda se cítíme šťastni, překvapivě nesouvisí až tak s finanční úrovní nebo tím, co vlastníme. Spíše jde o výsledek našich postojů a vztahů s ostatními lidmi.



Action for Happiness je celosvětové hnutí lidí, kteří chtějí udělat něco pro to, aby žili šťastnější život, a aby byli šťastnější lidé v jejich okolí.

Pomáháme lidem, aby si osvojili praktické dovednosti, které jim pomohou zvýšit nejen spokojenost svou, ale i svých blízkých.

Náš přístup je postaven na vědecky podloženém výzkumu z oblasti pozitivní psychologie. Můžete začít tím, že se seznámíte s Deseti klíči ke štěstí.

Naše společnost může být šťastnější a každý z nás k tomu může přispět.

“Budu se snažit přinést více štěstí a spokojenosti do svého okolí”

Action for Happiness poslání

ACTION FOR HAPPINESS

www.actionforhappiness.cz
www.actionforhappiness.org

