



GLÜCKLICHT SEIN!

FEEL-GOOD

CHALLENGE

**6 FREUNDLICHE MOMENTE SCHENKEN
UND GEWINNEN. JETZT MITMACHEN!**



**GLÜCK
LICHT
SEIN!***

Unsere Mitmachaktion
der 1000 guten Gesten.

**1000
GUTE
GRÜNDE**



ERZBISTUM
PADERBORN

***noch-ein-grund-mehr.de/mitmachaktion**

GUTES FÜR ANDERE IST AUCH GUT FÜR DICH!

Freundlich sein macht nachweislich gesünder und glücklicher! Darum starten wir auch 2026 die Feel-Good-Challenge: 6 Wochen, in denen wir immer wieder bewusst freundlich zu anderen Menschen sind. Sei dabei! 6 kleine Gesten kannst du erfüllen, hier abhaken und uns als PDF oder Foto an gluecklicht@erzbistum-paderborn.de schicken. Oder nutze das Online-Formular auf unserem Aktionsportal. Mit etwas Glück gewinnst du 2 von 200 Tickets für die Lichtshow LUMINISCENCE im Paderborner Dom. Wer gewinnt, wird per E-Mail benachrichtigt.

Heute bringe ich jemandem eine **kleine Aufmerksamkeit** mit wie Blumen, Schokolade, ein freundliches Wort ...

☐

Heute werde ich die **Menschen**, die mir begegnen, einfach mal freundlich **anlächeln**.

☐

Heute werde ich **jemanden verlassen**: im Bus, im Verkehr, im Supermarkt ...

☐

Heute unterhalte ich mich mit **Freunden**, mit jemandem aus meiner **Familie** oder meinem **Team**.

☐

Heute backe ich und mache damit meinen **Kolleginnen & Kollegen** eine Freude.

☐

Und auch das habe ich getan, um andere Menschen **GLÜCKLICHT** zu machen:

.....

.....

☐

GLÜCKLICHT-LISTE von:

.....

Gewinne 2 von
200 Tickets für
die Lichtshow
LUMINISCENCE

