



# ALEGRIA

" Felicidade não significa que tudo tem que ser perfeito, significa que você tem que decidir ver além das imperfeições. "

Autor Desconhecido

"Concentre-se na viagem, não no destino. A alegria não é encontrada em terminar uma atividade, mas em fazê-la. "

Greg Anderson

## Exercício

**1- Do que e de quem depende a sua felicidade?**

**2- O que você tem que deixar para trás para ser mais feliz?**

**3- O que te faz feliz?**

**Fonte: Points of you**