

# Wochenplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Check</b>	<b>Notizen</b>			<b>Wichtigste Aufgaben</b>		
3 wichtigste Aufgaben notiert? Zeit und Ziel definiert ? Tätigkeiten des Alltags notiert? Pausen eingeplant? Aufgaben gebündelt? Aufgaben delegiert? Aufgaben eliminiert? Zeit für dich eingeplant? Zeit für Nichtstun eingeplant?						