Wochenplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag

Check	Notizen	Wichtigste Aufgaben
Energietankstellen?		
Zeit für Genuss?		
Tägliche Arbeitsaufgaben?		
Neue Gewohnheiten?		
Übungen der Gelassenheit?		
Pausen eingeplant?		
Zeit für dich eingeplant?		
Zeit für Nichtstun eingeplant?		