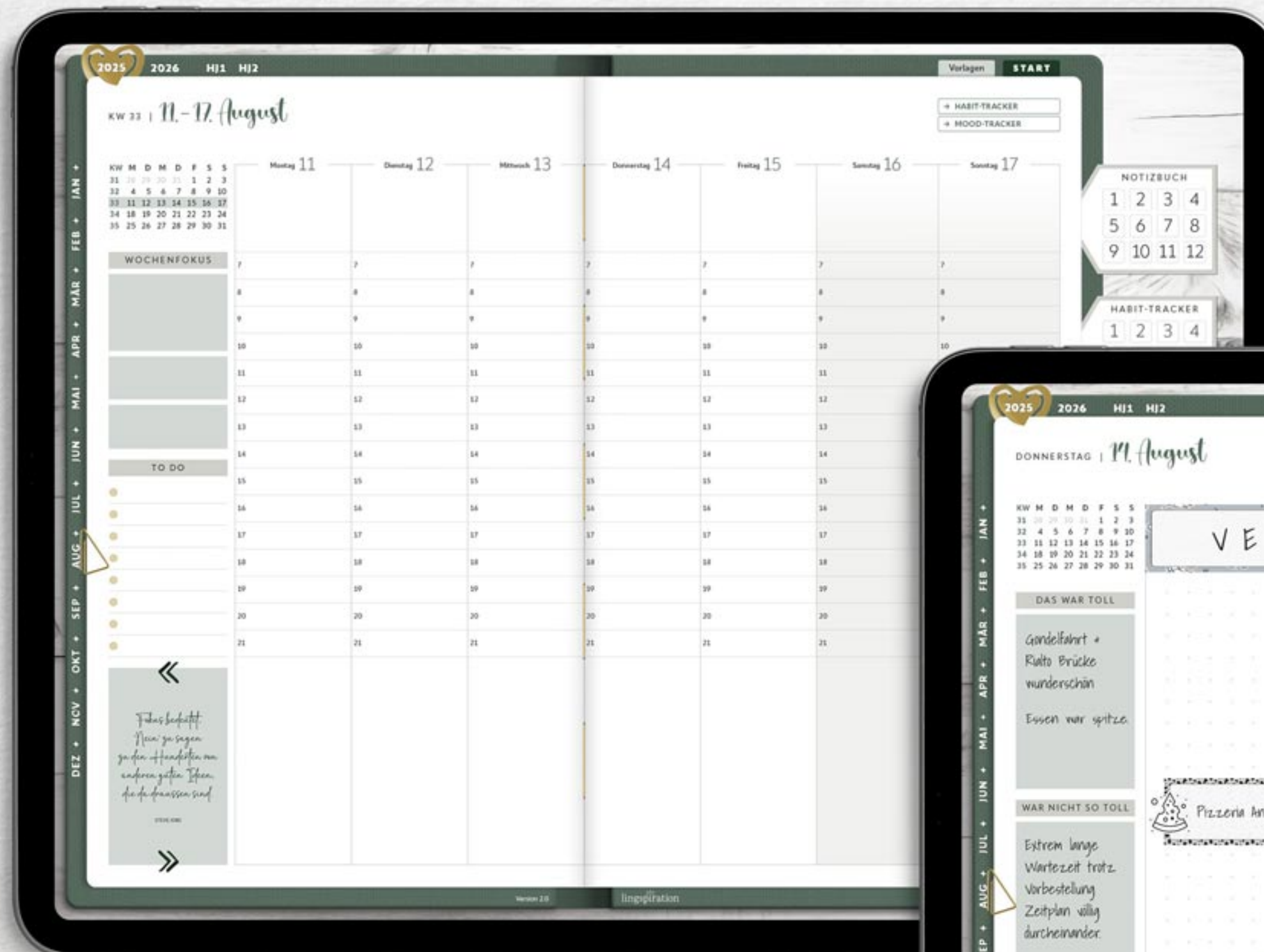


Kombi 3: Woche «Produktivität», Tag «Achtsamkeit»



Wochenplaner «Produktivität»

Plane deine Woche im Stundentakt durch.

KOMBI 3:
WP-TA



Tagesplaner «Achtsamkeit»

Dieser Tagesplaner ist sehr gut geeignet fürs Journaling. Drei Fragen zum Reflektieren und ansonsten viel Platz zum Schreiben.



KW 2 | 6.-12. Januar

→ HABIT-TRACKER
→ MOOD-TRACKER

JAN
FEB
MÄR
APR
MAI
JUN
JUL
AUG
SEP
OKT
NOV
DEZ

KW	M	D	M	D	F	S	S
1			1	2	3	4	5
2	6	7	8	9	10	11	12
3	13	14	15	16	17	18	19
4	20	21	22	23	24	25	26
5	27	28	29	30	31	1	2

WOCHENFOKUS

TO DO

-
-
-
-
-
-
-
-

«

Alles,
was dir passiert,
ist eine Chance zum
Lernen und Wachsen.

FRANKLIN D. ROOSEVELT

»

Montag 6	Dienstag 7	Mittwoch 8	Donnerstag 9	Freitag 10	Samstag 11	Sonntag 12
7	7	7	7	7	7	7
8	8	8	8	8	8	8
9	9	9	9	9	9	9
10	10	10	10	10	10	10
11	11	11	11	11	11	11
12	12	12	12	12	12	12
13	13	13	13	13	13	13
14	14	14	14	14	14	14
15	15	15	15	15	15	15
16	16	16	16	16	16	16
17	17	17	17	17	17	17
18	18	18	18	18	18	18
19	19	19	19	19	19	19
20	20	20	20	20	20	20
21	21	21	21	21	21	21

NOTIZBUCH

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

HABIT-TRACKER

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

MOOD-TRACKER

1

2

3

4

5

6

7

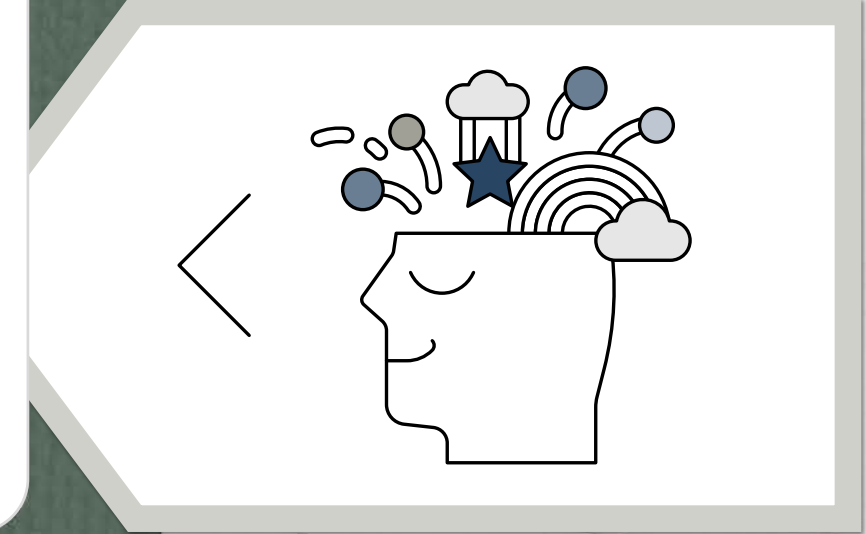
8

9

10

11

12





MITTWOCH | 1. Januar

→ HABIT-TRACKER

→ MOOD-TRACKER

→ KW 1

Frühstück	Mittagessen	
Abendessen	Snacks	

JAN
FEB
MÄR
APR
MAI
JUN
JUL
AUG
SEP
OKT
NOV
DEZ

KW	M	D	M	D	F	S	S
1			1	2	3	4	5
2	6	7	8	9	10	11	12
3	13	14	15	16	17	18	19
4	20	21	22	23	24	25	26
5	27	28	29	30	31	1	2

DAS WAR TOLL

WAR NICHT SO TOLL

HAB ICH GELERNT

NOTIZBUCH

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

HABIT-TRACKER

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

MOOD-TRACKER

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

