



JMK

mindful business
PLANNER



mindful business planner

1. Auflage Juli 2026

Autor:

Jasmin Klein

Herausgeber:

Jasmin Klein

Burgstraße 17

66953 Pirmasens

Kontakt

+49 160 2560636

hallo@jasmin-maria-klein.de

www.jasmin-maria-klein.de



Hallo,

in meinen Coachings, Seminaren und Trainings helfe ich dir als erfolgreicher Unternehmer dabei, dein Gefühl von fehlender Klarheit, Fremdbestimmung, Unzufriedenheit und Leere zu lösen, indem wir meine 3-Schritt Methode aus fundierten Coaching-Methoden in Verbindung mit spirituellen Tools einsetzen.

Wenn wir 3 Monate zusammenarbeiten und ich dich als Coach begleite, gestalten wir gemeinsam dein Business, als auch deinen Alltag so um, dass du wieder selbstbestimmt und selbstbewusst nach deinen eigenen Werten und Wünschen lebst: mit klarer Rolle, bewussten Grenzen und einer klaren Vision von dir und deinem Business mit konkreten nächsten Schritten, die du direkt umsetzen wirst.

Mit dem **mindful business planner** habe ich ein Tool geschaffen, dass dich tagtäglich in deinem eigenen Wachstum begleitet und deine persönliche Weiterentwicklung fördert.

Neben einer täglichen Achtsamkeitspraxis findest du ausgewählte Techniken und Inhalte, die dich dabei unterstützen, dein individuelles Potential freizusetzen und dir das Business und Leben zu erschaffen, dass du dir für dich wünschst.

say HELLO

Komm hier ganz in deine eigene Praxis und dein persönliches Erleben.

Kontaktiere mich gerne jederzeit per Mail unter hallo@jasmin-maria-klein.de, um deine Erfahrungen mit mir zu teilen.

Ich wünsche dir viel Freude bei deiner täglichen Praxis.

Jasmin



Erkenne dein **POTENTIAL**

Anleitung

Der mindful business planner lädt dich ein die nächsten zwölf Monate mehr auf deine Bedürfnisse zu achten, dich durch Selbstreflexion besser kennenzulernen und mehr in dein persönliches Wohlbefinden zu kommen.

Bereits zum **Start** deines mindful business planner wirst du dir klarer über deine individuellen Ziele, wirst dir Meilensteine für die nächsten 12 Monate setzen und wirst dabei unterstützt und bestärkt, diese Schritt für Schritt zu erreichen.

Jeden Tag hast du die Möglichkeit in **my mindful day** dich auf den Tag zu fokussieren, deine Bedürfnisse zu reflektieren, dich in Dankbarkeit zu üben und deine (noch so kleinen) Erfolge zu feiern.

In **my mindful month** reflektierst du den jeweiligen Monat, schaust, welche Meilensteine du erreicht hast und blickst darauf, was dich im nächsten Monat erwartet.

Zwischendrin erwarten dich viel **Inspiration** als auch verschiedene **Techniken** aus den Bereichen **Achtsamkeit, positive Psychologie und Coaching**, die dich dabei unterstützen, in dein persönliches Wachstum zu kommen und dein Potenzial zu entfalten.

Platz für **Notizen** und **Impulse** gibt es natürlich auch.

**Erfolg bedeutet,
mein Leben
so zu gestalten,
dass ich es gar nicht
erwarten kann,
jeden Morgen
aufzustehen.**

John Strelecky

mindful BUSINESS

MIT ACHTSAMKEIT IM BERUFSALLTAG ZU MEHR KLARHEIT, WACHSTUM UND LEISTUNGSFÄHIGKEIT



Mit Hilfe des Achtsamkeits-
trainings im Berufsalltag
lassen sich Druck und Stress
so weit reduzieren, dass
Raum für **Reflexion,**
Kreativität, Vielfalt und
Wachstum entstehen kann.

200 %
Return of Invest

“

Wir trainieren alle
unseren Körper.
Doch, wann trainieren
wir unseren Geist?

JASMIN KLEIN

-COACH & TRAINERIN -

entsteht laut Peter
Bostelmann, Director Global
Mindfulness Practice - SAP,
durch regelmäßiges
Achtsamkeitstraining im
Berufsalltag.

Achtsamkeit definiert einen mentalen Zustand, in dem wir auf eine bestimmte Weise aufmerksam sind:

bewusst, im gegenwärtigen Augenblick und ohne zu urteilen

Es handelt sich dabei um einen klaren Bewusstseinszustand, der es erlaubt, jede innere und äußere Erfahrung im gegenwärtigen Moment vorurteilsfrei zu registrieren und zuzulassen. Wir sehen die Dinge, wie sie wirklich sind, ohne uns von unseren Gedanken, Gefühlen, Erfahrungen, etc. beeinflussen zu lassen.

Die 7 Säulen der Achtsamkeit



nicht urteilen



Geduld



Anfängergeist



Vertrauen



nicht erzwingen



Akzeptanz



Loslassen

JAHRESPLANER

JAN	FEB	MRZ	APR	MAI	JUN
1	1	1	1	1	1
2	2	2	2	2	2
3	3	3	3	3	3
4	4	4	4	4	4
5	5	5	5	5	5
6	6	6	6	6	6
7	7	7	7	7	7
8	8	8	8	8	8
9	9	9	9	9	9
10	10	10	10	10	10
11	11	11	11	11	11
12	12	12	12	12	12
13	13	13	13	13	13
14	14	14	14	14	14
15	15	15	15	15	15
16	16	16	16	16	16
17	17	17	17	17	17
18	18	18	18	18	18
19	19	19	19	19	19
20	20	20	20	20	20
21	21	21	21	21	21
22	22	22	22	22	22
23	23	23	23	23	23
24	24	24	24	24	24
25	25	25	25	25	25
26	26	26	26	26	26
27	27	27	27	27	27
28	28	28	28	28	28
29	29	29	29	29	29
30		30	30	30	30
31		31		31	

JAHRESPLANER

JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEZ
1	1	1	1	1	1
2	2	2	2	2	2
3	3	3	3	3	3
4	4	4	4	4	4
5	5	5	5	5	5
6	6	6	6	6	6
7	7	7	7	7	7
8	8	8	8	8	8
9	9	9	9	9	9
10	10	10	10	10	10
11	11	11	11	11	11
12	12	12	12	12	12
13	13	13	13	13	13
14	14	14	14	14	14
15	15	15	15	15	15
16	16	16	16	16	16
17	17	17	17	17	17
18	18	18	18	18	18
19	19	19	19	19	19
20	20	20	20	20	20
21	21	21	21	21	21
22	22	22	22	22	22
23	23	23	23	23	23
24	24	24	24	24	24
25	25	25	25	25	25
26	26	26	26	26	26
27	27	27	27	27	27
28	28	28	28	28	28
29	29	29	29	29	29
30	30	30	30	30	30
31	31	30	31	30	31

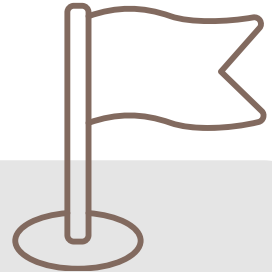


**NUR WER SEIN ZIEL KENNT,
FINDET DEN WEG.**

LAOTSE

FOKUS & ZIELE

be the best vision of yourself.



Meine Ziele in diesem Monat

Meilensteine auf dem Weg dorthin



Hierauf freue ich mich in diesem Monat

Dies kann eine Herausforderung werden

Ressourcen, die ich hierfür nutzen kann



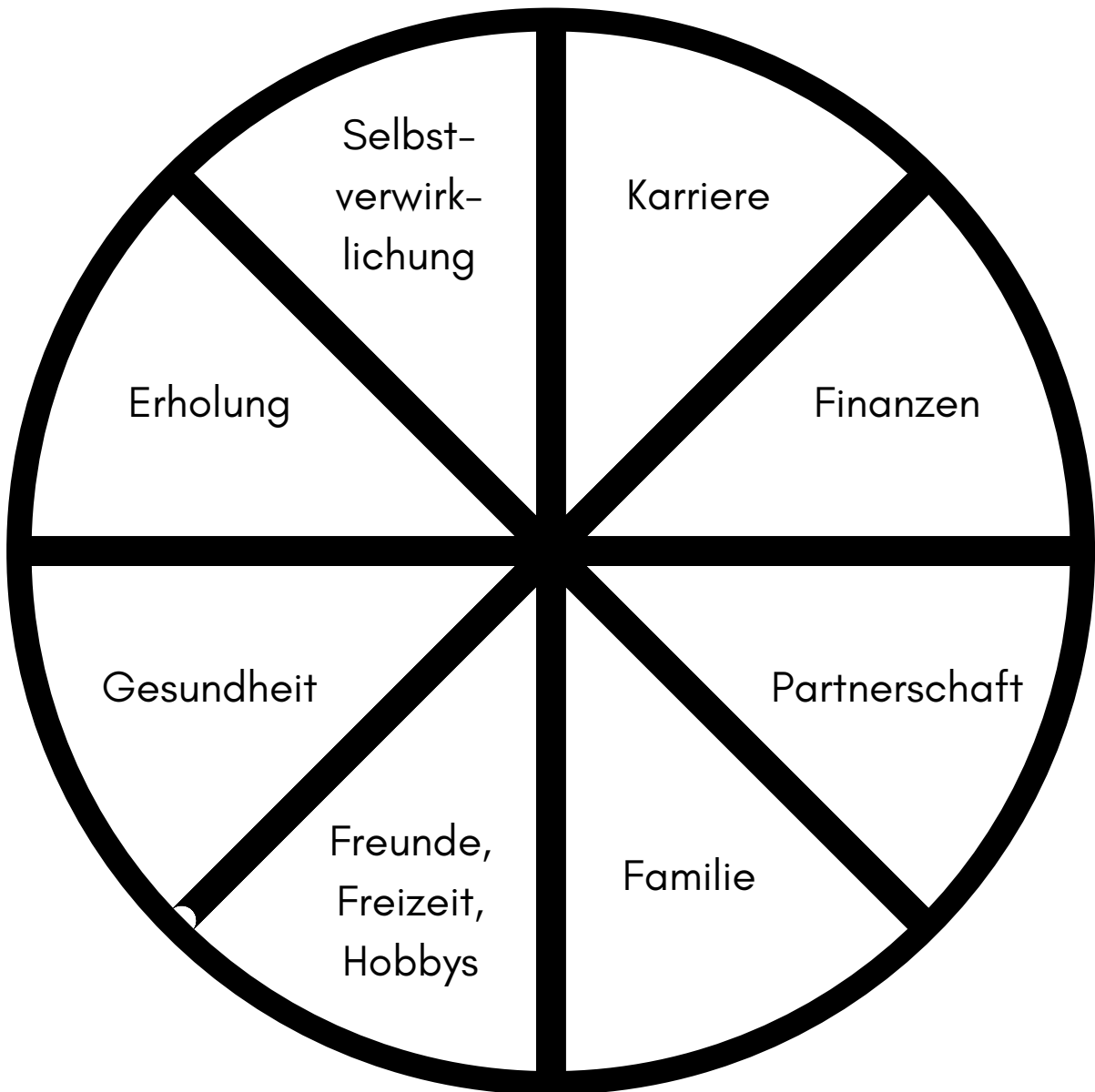


**ERFOLG OHNE ERFÜLLUNG
IST KEIN WAHRER ERFOLG.**

JASMIN MARIA KLEIN

RAD DES LEBENS

Wie erfüllt bist du gerade?



Meine beiden Bereiche, in denen ich mich in diesem Monat weiterentwickeln möchte:

Das Rad des Lebens zeigt dir auf, wie voll aktuell deine Bereiche im Leben sind und wie erfüllt du dich fühlst.

Beantworte dafür folgende Reflexionsfragen und male den Bereich so weit aus, wie voll er sich gerade für dich anfühlt.

Karriere

Bist du glücklich in deinem Job? Hast du das erreicht, was du zum jetzigen Zeitpunkt erreichen wolltest? Wofür stehst du täglich auf?

Finanzen

Fühlst du dich finanziell sicher? Lebst du deine finanzielle Freiheit? Hast du deine Finanzen im Blick, strukturiert und organisiert?

Partnerschaft

Lebst du eine erfüllte und vertraute Partnerschaft? Bist du glücklich in deiner Beziehung? Fühlst du dich bedingungslos geliebt?

Sehnst du dich nach einer Partnerschaft oder bist du gerade zufrieden nur mit dir selbst zu sein?

Familie

Führst du ein glückliches Familienleben? Bist du zufrieden mit dem Kontakt zu deiner Familie? Kannst du in deiner Familie DU sein?

Freunde, Freizeit, Hobbies

Pflegst du deine sozialen Kontakte? Hast du wahre Freundschaften? Nimmst du dir ausreichend Zeit für deine Hobbies?

Gesundheit

Fühlst du dich vital, gesund und leistungsfähig? Kümmerst du dich ausreichend um deine Gesundheit und dein Wohlbefinden?

Erholung

Nimmst du dir genug Ruhephasen? Schläfst du min. 7 Stunden täglich? Bist du tagsüber erschöpft oder motiviert?

Selbstverwirklichung

Wie sehr lebst du deine Träume? Was möchtest du bewegen und gehst du diesem aktuell nach?

GEDANKENWOLKEN



A woman with blonde hair and blue eyes is sitting in a chair, smiling at the camera. She is wearing a white blazer with gold embroidery and buttons. The background features a large green plant and a light-colored wall.

**YOU DON'T BUILD A GREAT
BUSINESS. YOU BUILD YOURSELF.
THE BUSINESS FOLLOWS.**

JASMIN MARIA KLEIN

NEGATIVE



POSITIVE

Meine negativen Gedanken:

Das spricht für meine
Gedanken:

Das spricht gegen meine
Gedanken:

Wie kann ich meine negativen Gedanken
in positive Gedanken umformulieren?

30 MINDFULNESS CHALLENGES

☐ 01 Nehme bewusst alles in deiner Umgebung wahr	☐ 02 10 Minuten Geh- Meditation	☐ 03 15 Minuten Yoga	☐ 04 Mach' etwas, das dich glücklich macht	☐ 05 Lies 10 Seiten in einem Buch
☐ 06 Trinke achtsam deinen Kaffee	☐ 07 Schreibe 3 Dinge auf, wofür du dankbar bist	☐ 08 15 Minuten Rücken-Yoga	☐ 09 Fokussiere dich auf dich auf den gegenwärtigen Moment	☐ 10 Praktiziere den Bodyscan
☐ 11 Praktiziere die 10er-Atmung	☐ 12 Mache jemanden ein Kompliment	☐ 13 30 Minuten Spaziergang	☐ 14 Koche dir dein Lieblingsgericht	☐ 15 Schreibe einem alten Freund
☐ 16 Meditiere 10 Minuten	☐ 17 Biete jemanden deine Hilfe an	☐ 18 Höre dein Lieblingslied	☐ 19 Schreibe deine heutigen Gedanken und Gefühle auf	☐ 20 Iss achtsam
☐ 21 Gehe im Wald 30 Minuten spazieren	☐ 22 Sei offline für drei Stunden	☐ 23 Mache jemanden ein Geschenk	☐ 24 30 Minuten Yoga	☐ 25 Sei geduldig
☐ 26 Meditiere 15 Minuten	☐ 27 Sage jemanden, wie sehr du ihn magst	☐ 28 45 Minuten Yoga	☐ 29 Gönne dir eine Massage	☐ 30 Meditiere 20 Minuten

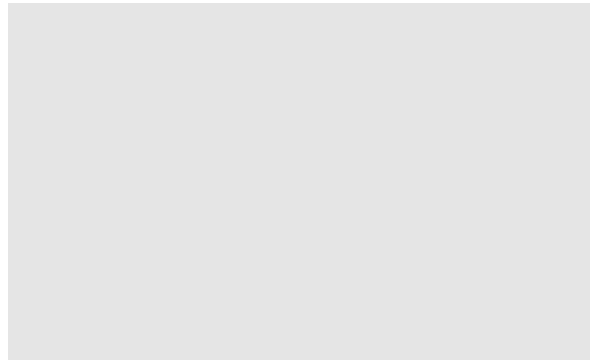
PLANNER

weekly **PLAN**

DATUM: _____

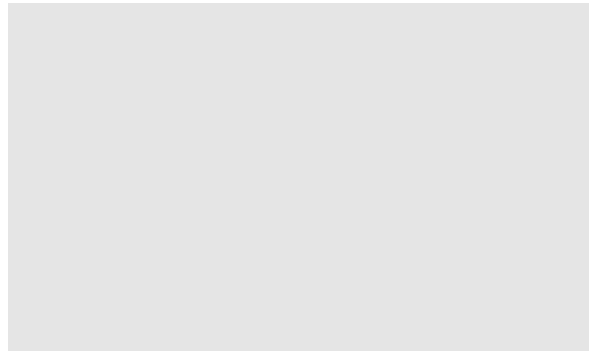
Montag

Hierauf freue ich mich:



Dienstag

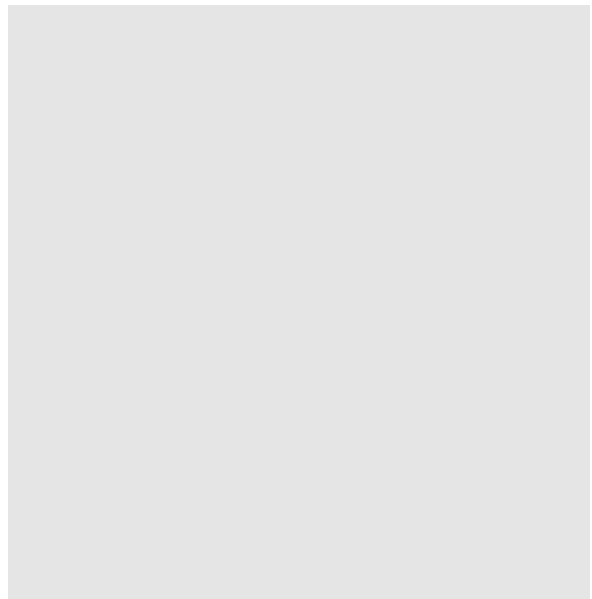
Affirmation für diese Woche:



Donnerstag

Notizen:

Freitag



Samstag

Sonntag

MEINE AUFGABEN DIESE WOCHE:

wichtig

ERLEDIGEN

**NEU
TERMINIEREN**

nicht wichtig

DELEGIEREN

**FÜR SPÄTER ODER
PAPIERKORB**

dringend

nicht dringend

my mindful DAY

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG ○○○○○○

ERNÄHRUNG ○○○○○○

SCHLAF ○○○○○○

FOKUS ○○○○○○

WASSER ○○○○○○

ME-TIME ○○○○○○

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG ○○○○○○

ERNÄHRUNG ○○○○○○

SCHLAF ○○○○○○

FOKUS ○○○○○○

WASSER ○○○○○○

ME-TIME ○○○○○○

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG ○○○○○○

ERNÄHRUNG ○○○○○○

SCHLAF ○○○○○○

FOKUS ○○○○○○

WASSER ○○○○○○

ME-TIME ○○○○○○

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG	○○○○○
ERNÄHRUNG	○○○○○
SCHLAF	○○○○○
FOKUS	○○○○○
WASSER	○○○○○
ME-TIME	○○○○○

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG	○○○○○
ERNÄHRUNG	○○○○○
SCHLAF	○○○○○
FOKUS	○○○○○
WASSER	○○○○○
ME-TIME	○○○○○

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG	○○○○○
ERNÄHRUNG	○○○○○
SCHLAF	○○○○○
FOKUS	○○○○○
WASSER	○○○○○
ME-TIME	○○○○○

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG	○○○○○
ERNÄHRUNG	○○○○○
SCHLAF	○○○○○
FOKUS	○○○○○
WASSER	○○○○○
ME-TIME	○○○○○

mindful **MINUTE**

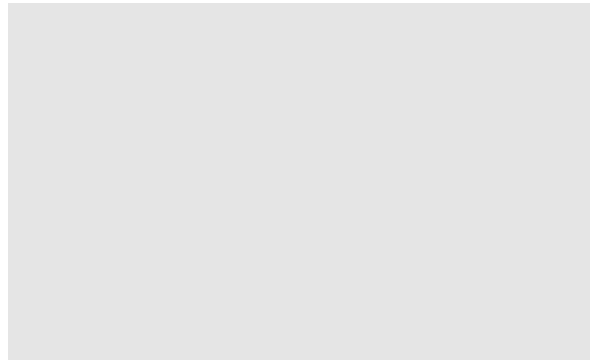
Wenn du 60 Sekunden
für eine Pause hättest,
was würdest du dann tun?

weekly **PLAN**

DATUM: _____

Montag

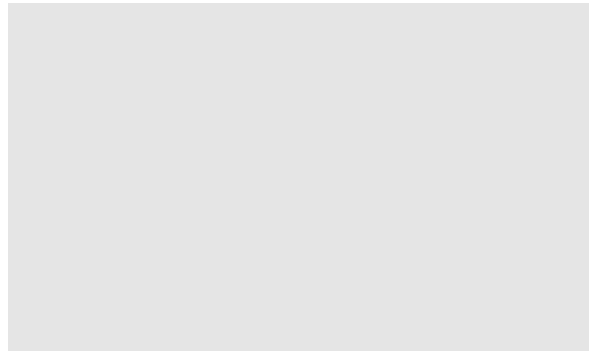
Fokus auf folgende Aufgaben:



Dienstag

Mittwoch

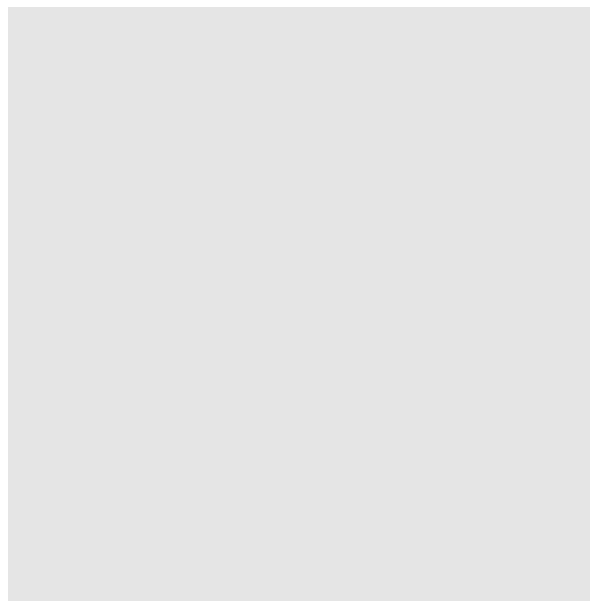
Affirmation für diese Woche:



Donnerstag

Freitag

Notizen:



Samstag

Sonntag

MEINE AUFGABEN DIESE WOCHE:

wichtig

ERLEDIGEN

**NEU
TERMINIEREN**

nicht wichtig

DELEGIEREN

**FÜR SPÄTER ODER
PAPIERKORB**

dringend

nicht dringend

my mindful DAY

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG ○○○○○○

ERNÄHRUNG ○○○○○○

SCHLAF ○○○○○○

FOKUS ○○○○○○

WASSER ○○○○○○

ME-TIME ○○○○○○

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG ○○○○○○

ERNÄHRUNG ○○○○○○

SCHLAF ○○○○○○

FOKUS ○○○○○○

WASSER ○○○○○○

ME-TIME ○○○○○○

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG ○○○○○○

ERNÄHRUNG ○○○○○○

SCHLAF ○○○○○○

FOKUS ○○○○○○

WASSER ○○○○○○

ME-TIME ○○○○○○

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG	○○○○○
ERNÄHRUNG	○○○○○
SCHLAF	○○○○○
FOKUS	○○○○○
WASSER	○○○○○
ME-TIME	○○○○○

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG	○○○○○
ERNÄHRUNG	○○○○○
SCHLAF	○○○○○
FOKUS	○○○○○
WASSER	○○○○○
ME-TIME	○○○○○

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG	○○○○○
ERNÄHRUNG	○○○○○
SCHLAF	○○○○○
FOKUS	○○○○○
WASSER	○○○○○
ME-TIME	○○○○○

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG	○○○○○
ERNÄHRUNG	○○○○○
SCHLAF	○○○○○
FOKUS	○○○○○
WASSER	○○○○○
ME-TIME	○○○○○

Energie **CHECK**

1. Sinn

- Macht es Sinn sich mit diesem Problem zu befassen?
- Was passiert, wenn du nichts tust?
- Was ist das schlimmste, was passieren kann?
- Was ist das Angenehmste, was realistisch passieren wird?
- Warum ist es wichtig die Situation anzupacken?

2. Einfluss

- Prüfe deinen Handlungsspielraum
- Was kannst du konkret unternehmen?
- Welches ist dein Handlungsspielraum?
- Lässt sich dieser erweitern?

3. Zuversicht

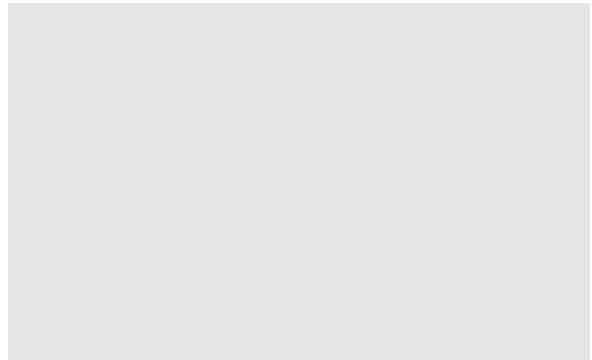
- Warum bist du zuversichtlich das Problem lösen zu können?
- Welche deiner Stärken kannst du im Umgang mit der Herausforderung einsetzen?
- Welche Ressourcen aus deinem Umfeld kannst du aktivieren, um besser mit der Herausforderung klarzukommen?

weekly **PLAN**

DATUM: _____

Montag

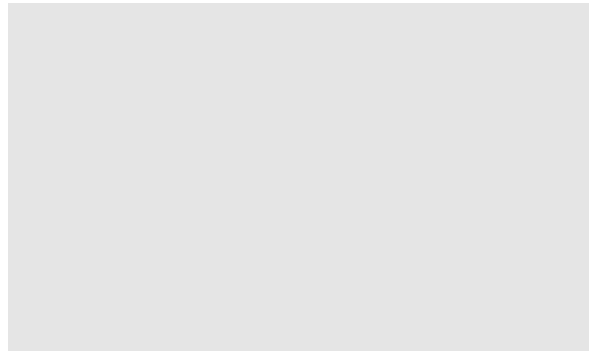
Fokus auf folgende Aufgaben:



Dienstag

Mittwoch

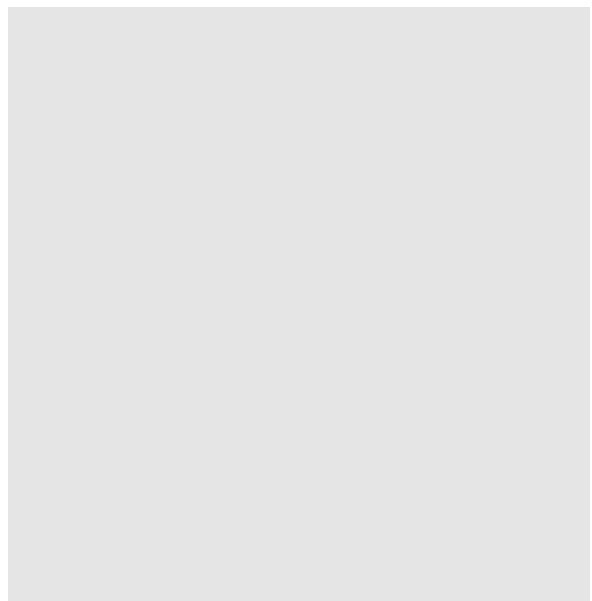
Affirmation für diese Woche:



Donnerstag

Freitag

Notizen:



Samstag

Sonntag

MEINE AUFGABEN DIESE WOCHE:

wichtig

ERLEDIGEN

**NEU
TERMINIEREN**

nicht wichtig

DELEGIEREN

**FÜR SPÄTER ODER
PAPIERKORB**

dringend

nicht dringend

my mindful DAY

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG ○○○○○○

ERNÄHRUNG ○○○○○○

SCHLAF ○○○○○○

FOKUS ○○○○○○

WASSER ○○○○○○

ME-TIME ○○○○○○

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG ○○○○○○

ERNÄHRUNG ○○○○○○

SCHLAF ○○○○○○

FOKUS ○○○○○○

WASSER ○○○○○○

ME-TIME ○○○○○○

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG ○○○○○○

ERNÄHRUNG ○○○○○○

SCHLAF ○○○○○○

FOKUS ○○○○○○

WASSER ○○○○○○

ME-TIME ○○○○○○

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG	○○○○○
ERNÄHRUNG	○○○○○
SCHLAF	○○○○○
FOKUS	○○○○○
WASSER	○○○○○
ME-TIME	○○○○○

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG	○○○○○
ERNÄHRUNG	○○○○○
SCHLAF	○○○○○
FOKUS	○○○○○
WASSER	○○○○○
ME-TIME	○○○○○

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG	○○○○○
ERNÄHRUNG	○○○○○
SCHLAF	○○○○○
FOKUS	○○○○○
WASSER	○○○○○
ME-TIME	○○○○○

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR

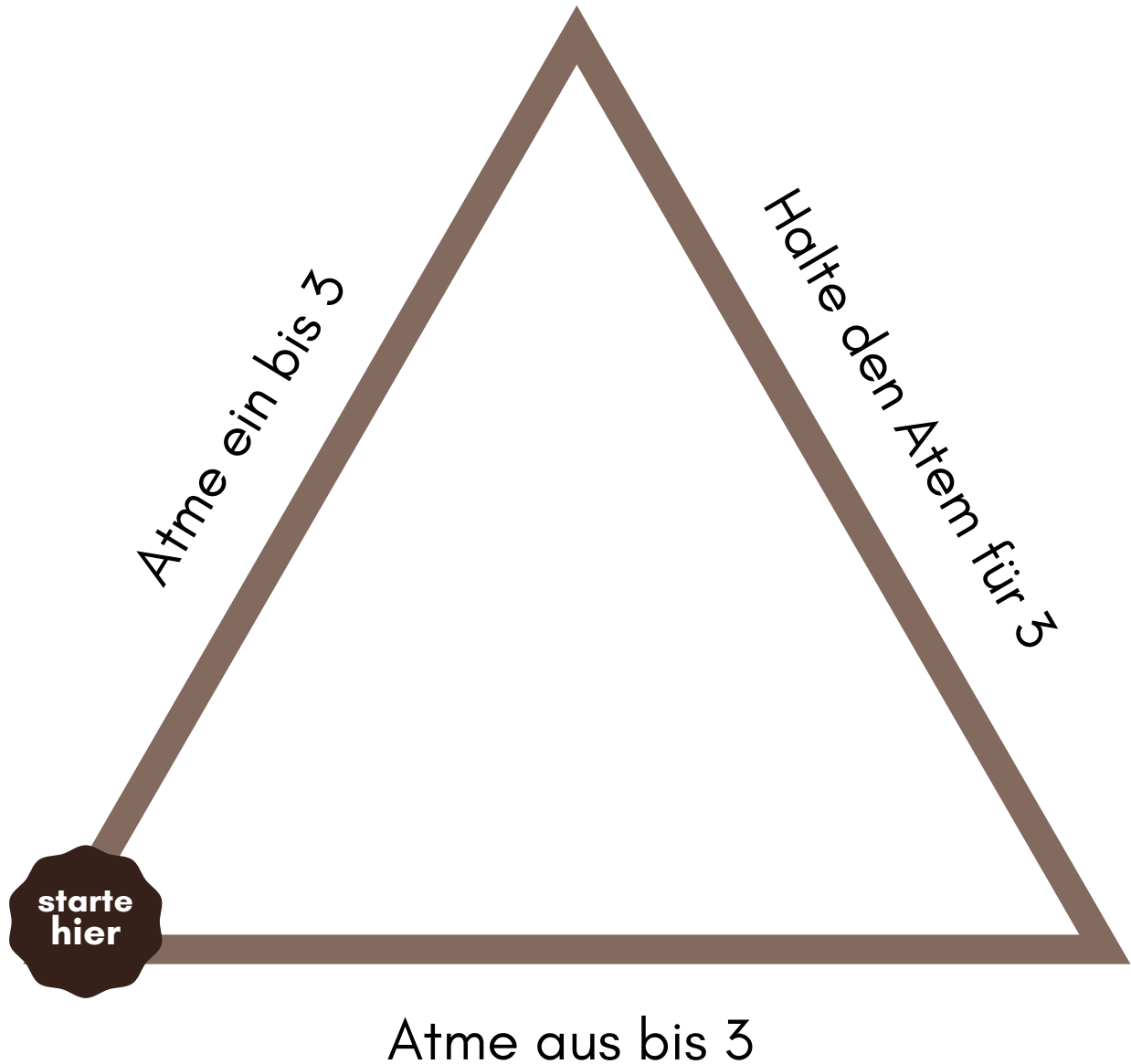


MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG	○○○○○
ERNÄHRUNG	○○○○○
SCHLAF	○○○○○
FOKUS	○○○○○
WASSER	○○○○○
ME-TIME	○○○○○

TRIANGEL ATMUNG

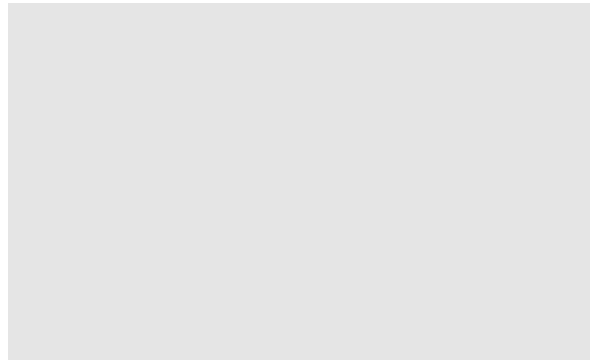


weekly **PLAN**

DATUM: _____

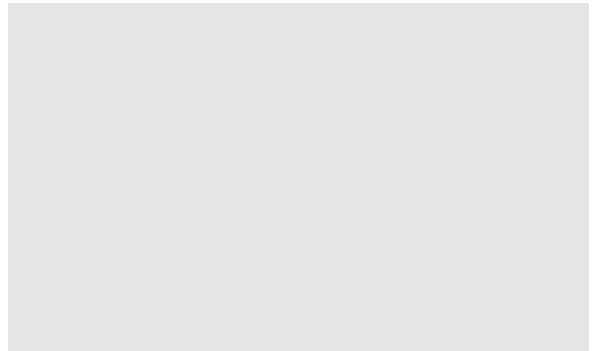
Montag

Fokus auf folgende Aufgaben:



Dienstag

Affirmation für diese Woche:

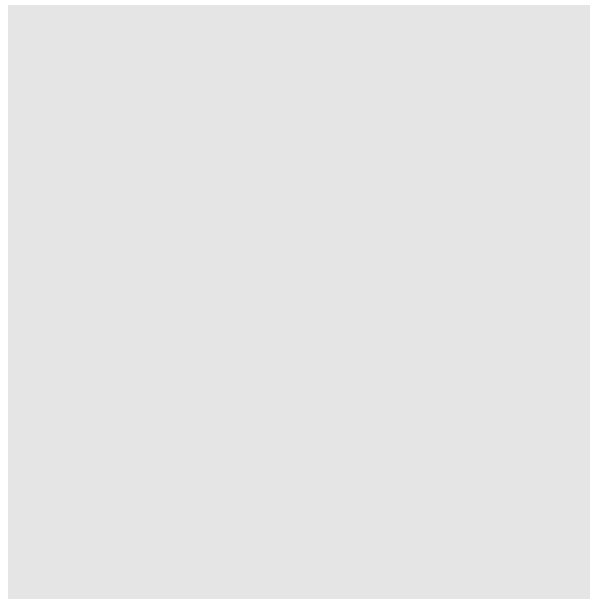


Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Notizen:



Samstag

Sonntag

MEINE AUFGABEN DIESE WOCHE:

wichtig

ERLEDIGEN

**NEU
TERMINIEREN**

nicht wichtig

DELEGIEREN

**FÜR SPÄTER ODER
PAPIERKORB**

dringend

nicht dringend

my mindful DAY

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG ○○○○○○

ERNÄHRUNG ○○○○○○

SCHLAF ○○○○○○

FOKUS ○○○○○○

WASSER ○○○○○○

ME-TIME ○○○○○○

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG ○○○○○○

ERNÄHRUNG ○○○○○○

SCHLAF ○○○○○○

FOKUS ○○○○○○

WASSER ○○○○○○

ME-TIME ○○○○○○

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG ○○○○○○

ERNÄHRUNG ○○○○○○

SCHLAF ○○○○○○

FOKUS ○○○○○○

WASSER ○○○○○○

ME-TIME ○○○○○○

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG	○○○○○
ERNÄHRUNG	○○○○○
SCHLAF	○○○○○
FOKUS	○○○○○
WASSER	○○○○○
ME-TIME	○○○○○

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG	○○○○○
ERNÄHRUNG	○○○○○
SCHLAF	○○○○○
FOKUS	○○○○○
WASSER	○○○○○
ME-TIME	○○○○○

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG



BEWEGUNG	○○○○○
ERNÄHRUNG	○○○○○
SCHLAF	○○○○○
FOKUS	○○○○○
WASSER	○○○○○
ME-TIME	○○○○○

DATUM:



MEIN HEUTIGER FOKUS:

ICH BIN DANKBAR FÜR



MEIN HEUTIGER ERFOLG

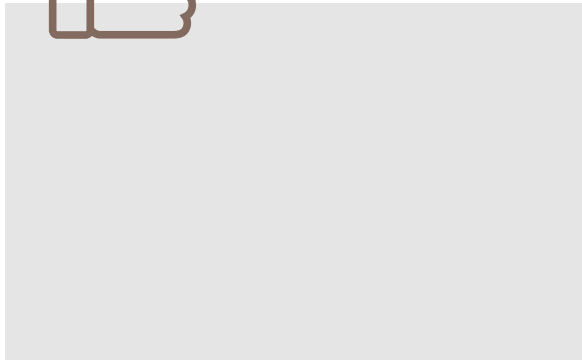


BEWEGUNG	○○○○○
ERNÄHRUNG	○○○○○
SCHLAF	○○○○○
FOKUS	○○○○○
WASSER	○○○○○
ME-TIME	○○○○○

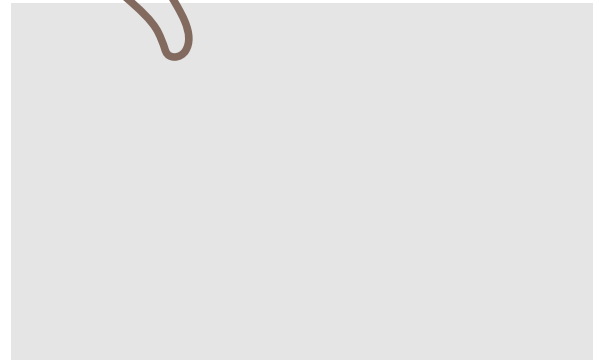
monthly **REVIEW**



good things

A large, empty rectangular box with a light gray background, intended for writing down 'good things'.

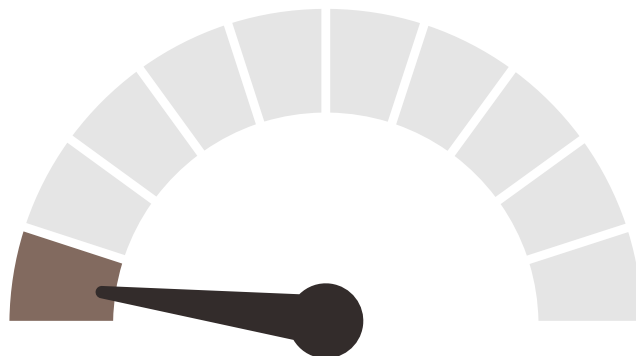
bad things

A large, empty rectangular box with a light gray background, intended for writing down 'bad things'.

Meilensteine in diesem Monat



Did I do my best?



monthly **REVIEW**

Diese Aufgaben haben mir besonders Spaß gemacht:



Hiermit habe ich Kollegen:innen eine Freude gemacht:

So voll sind meine Bereiche aktuell:



Karriere



Finanzen



Familie



**Freunde,
Freizeit**



**Gesund-
heit**



Erholung



**Selbst-
verwik-
lichung**

Impulse &

NOTIZEN

[illegible]

say **GOODBYE**

Ich bin stolz auf dich, dass du für dich und dein erfolgreiches als auch erfüllendes Unternehmen und Leben vorangehst.

Den ersten Schritt hast du bereits durch diesen mindful business planner getan.

Lass uns gemeinsam weitergehen und dir ein Business sowie einen Alltag erschaffen, der sich nicht nur im Außen, sondern auch im Innen erfolgreich und erfüllend anfühlt.

lead from within.

Buch dir jetzt dein kostenloses Erstgespräch unter

www.jasmin-maria-klein.de

