

Mein Monatsplan

Ein paar Minuten am Monatsanfang. Mehr braucht es nicht.

Monat _____

Jahr _____

Das ist mir privat wichtig

Das ist mir beruflich wichtig

Feste Termine, die ich nicht vergessen darf

Was mir diesen Monat gut tun soll

Worauf ich mich freue

Wird es Monate geben, in denen das nicht klappt? Mit Sicherheit. Bei mir auch. Du kannst jederzeit wieder einsteigen.

Mein Wochenüberblick

Sonntagabend oder Montagmorgen. Zehn Minuten, dann steht die Woche.

Woche vom _____

bis _____

Meine drei Ziele für diese Woche

Termine und wer was übernimmt

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Samstag

Sonntag

Grobe Essensplanung

Besprochen / abgegeben

Du fährst auch nicht los, ohne zu wissen, wohin. Genau so wirkt diese kurze Planungszeit.