



TAGESPLAN

LEBEN

leben

TAG:

DATUM:

FESTE TERMINE / GEWOHNHEITEN

PRIORITÄTEN HEUTE

UHRZEIT	TERMINE / FESTE ROUTINEN

AUFGABEN

FÜR DEINE HEILUNG

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

BEOBACHTUNGEN AM TAG

STIMMUNG 😊 😐 😞 🏠



INSPIRATION 😊 😐 😞

ERNÄHRUNG 😊 😐 😞

BEWEGUNG 😊 😐 😞

WASSER / TEE 😊 😐 😞

RÜCKBLICK AUF DEN TAG



WAS MÖCHTEST DU MORGEN ANDERS MACHEN? UND WARUM?
SCHREIBE DEINEN PLAN FÜR MORGEN ...