

Starte deinen Tag mit :

KLARHEIT + FOKUS

Affirmation des Tages: *

Dafür bin ich heute dankbar:



- *Ich bin bei mir/ Ich vertraue/ Ich wähle.../ Es darf leicht sein/....*

Meine Ziele:

1. _____
2. _____
3. _____

Mikroziele zum Erreichen der Tagesziele:

Am Abend: Das lief 

Ziel 1

Ziel 2

Ziel 3

Das mache ich morgen besser:

