Umsetzungs-Checkliste

Übersicht fürs tägliche Handeln

Monat: .....

LEGENDE: ***Morgen*** ***Mittag*** ***Abend***

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

Claudia Jost
Psychologische Online-Beratung

kontakt@claudia-jost.ch
www.claudia-jost.ch