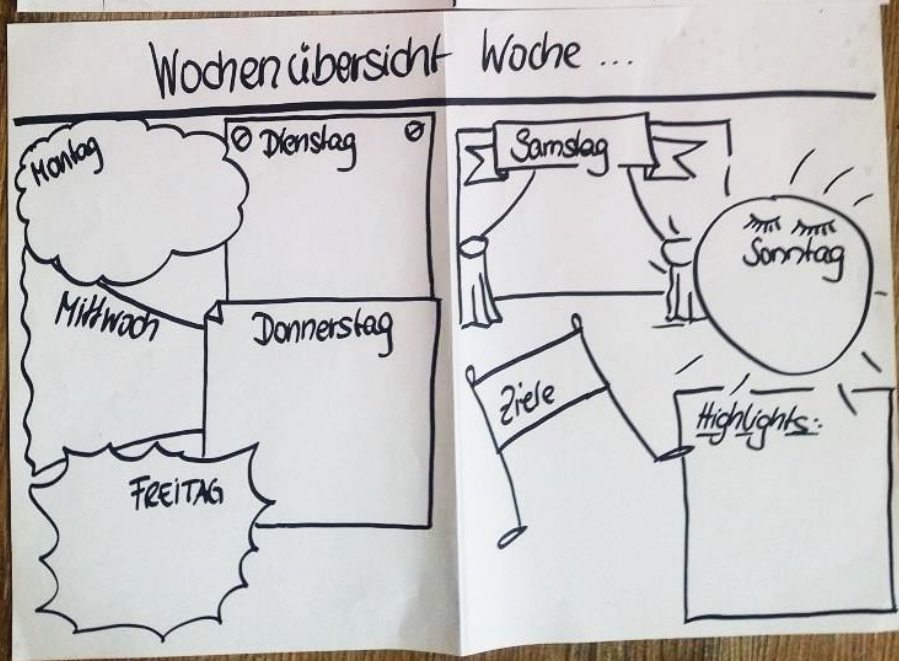


Wochenübersicht

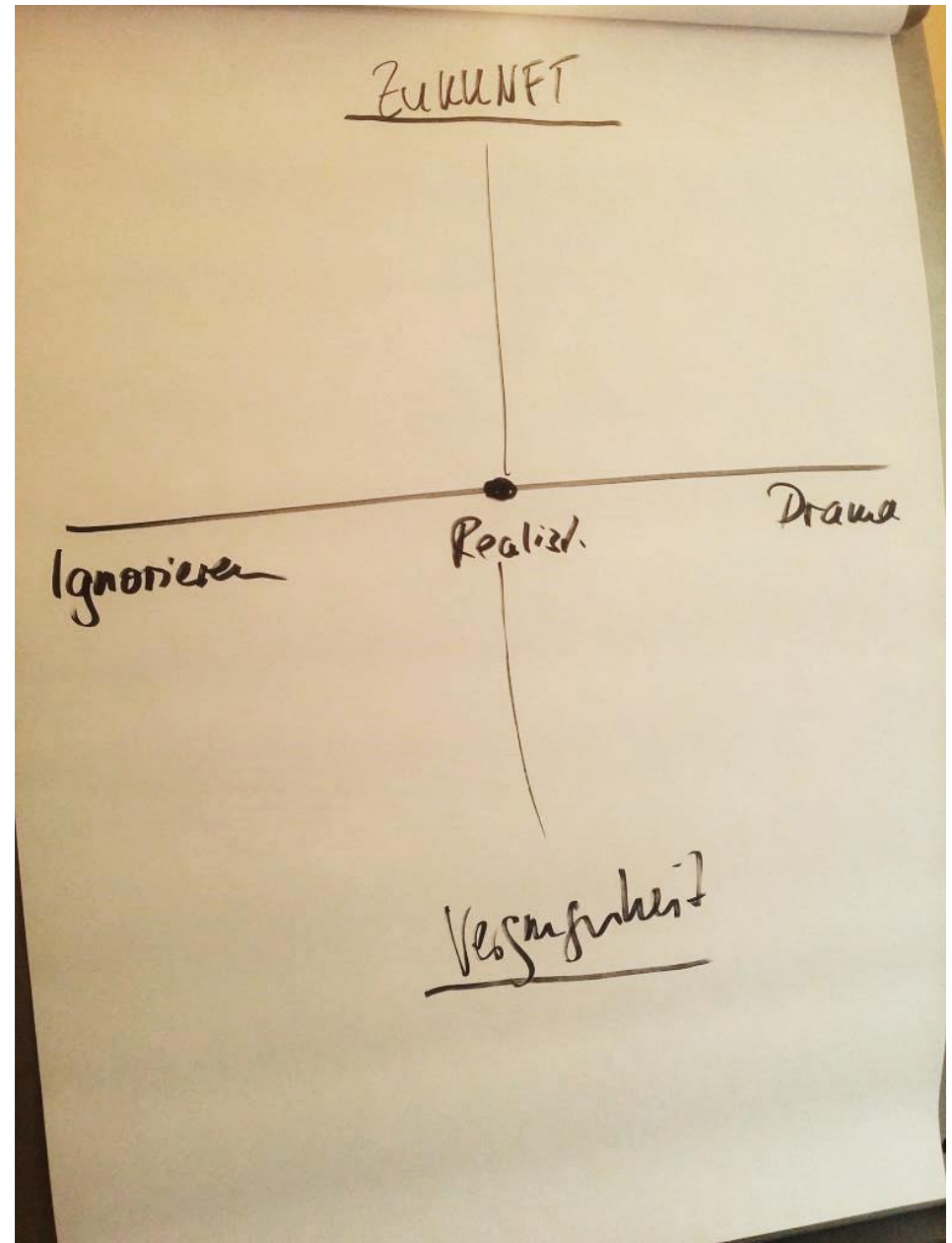
Mo		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> Todo's </div>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> Ziele </div>
Di			
Mi			
Do			
Fr			<u>Notizen:</u>
Sa			
So			



Symbole

- Aufgabe
- X erledigte Aufgabe
- Aufgabe
• Teilaufgabe
- > übertragene Aufgabe
- ~~gestrichene Aufgabe~~
- * Aufgabe wichtig
- T : Termin

Future Log
 2020
 2021



Freitag
 14.06.19

I 10-18:30 abb
 WS BJ D
 WS NB
 Elisabeth sprechen -
 Vitaleum!!!

Gelassenheit *
 dankbar:




• Jenny & wiedersehen
 Super Neurobrunn-WS
 → wenig Platz.

Kunde Xyfel
 → S. 155

Lecker Freitag 😊

S IIII ☐ ∞ 15' L: ☉
 (F) 1 Brö/d
 1 Ei (M) (A)

Die positive Wirkung des Bullet Journal

- ▷ digitale Auszeit 
- ▷ zurück zu / ganz bei mir 
- ▷ positive Wirkung des Schreibens (Haptik)
- ▷ alles an einem Ort (mit System)
- ▷ Externalisierung 
- ▷ regelmäßige Selbstreflexion
- ▷ mein Leben im Griff

