

# Mein perfekter Tag

## Mein Tag wird perfekt, wenn...

Bitte vervollständige folgende Sätze:

*Mein* \_\_\_\_\_ *Tag ist dann ein perfekter Tag, wenn* \_\_\_\_\_.

*Es wäre super schön wenn auch* \_\_\_\_\_ *&* \_\_\_\_\_.

Mein geplanter Tag geht von \_\_\_\_:\_\_\_\_ Uhr bis \_\_\_\_:\_\_\_\_ Uhr.

Ich verzichte bewusst auf Störungen und schalte alles leise oder aus. Ab: \_\_\_\_:\_\_\_\_ Uhr.

Ich gönne mir Pausen & lasse mich von \_\_\_\_\_ inspirieren.

Am Ende des Tages möchte ich mich \_\_\_\_\_ fühlen, weil \_\_\_\_\_.

Datum:

Tagesplan:

Ich verspreche mir ab jetzt meine Zeit bewusster zu planen.

Mein zukünftiges Leben besteht aus den Entscheidungen, die ich ab heute treffe.