

MEIN FOKUSZETTEL

DIESE EINE SACHE IST JETZT DRAN

Was möchtest du als Nächstes angehen?

DAMIT FANGE ICH AN

Ein erster Schritt, den du konkret tun kannst.

DAS KANN WARTEN

Gedanken, Aufgaben oder Ideen für später.

DAS BRAUCHE ICH DAFÜR

Was fehlt dir noch, bevor du anfangen kannst?

MEINE PAUSE

☐ nach diesem Schritt

☐ wenn ich sie brauche

So möchte ich die Pause verbringen:

