

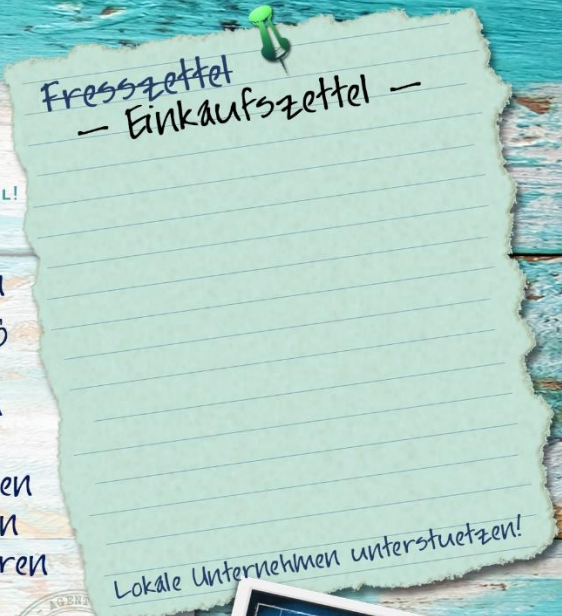


Week-Coordinator

Kunterbunte Ideen zum Ankreuzen!

WONACH IST DIR, WAS MÜSSTE MAL SEIN, WAS GÄBE ES FÜR MÖGLICHKEITEN ... HIER EINE AUSWAHL!

AUSZEIT	HOBBY	NEUES	HAUSHALT
<input type="checkbox"/> Kreatives	<input type="checkbox"/> Briefmarken	<input type="checkbox"/> Speckstein	<input type="checkbox"/> Whg. ausmisten
<input type="checkbox"/> Natur	<input type="checkbox"/> Handarbeit	<input type="checkbox"/> Sprache	<input type="checkbox"/> Grundreinigung
<input type="checkbox"/> Waldbaden	<input type="checkbox"/> Basteln	<input type="checkbox"/> Pflanzen	<input type="checkbox"/> Reparaturen
<input type="checkbox"/> Sonnenbad	<input type="checkbox"/> Malen	<input type="checkbox"/> Rezepte	<input type="checkbox"/> Fenster putzen
<input type="checkbox"/> Handpflege	<input type="checkbox"/> Lesen	<input type="checkbox"/> Webinar	<input type="checkbox"/> Autoputz
<input type="checkbox"/> Fußpflege	<input type="checkbox"/> Film/Serie	<input type="checkbox"/> Briefe	<input type="checkbox"/> Dachboden ordnen
<input type="checkbox"/> Wellness	<input type="checkbox"/> Handwerken	<input type="checkbox"/> Tagebuch	<input type="checkbox"/> Keller ausmisten
<input type="checkbox"/> Yoga	<input type="checkbox"/> Musik	<input type="checkbox"/> Hoerspiele	<input type="checkbox"/> Kleidung sortieren
<input type="checkbox"/> Brettspiele	<input type="checkbox"/> Game/Puzzle	<input type="checkbox"/> Erfindung	<input type="checkbox"/> Mega-Waschtage
<input type="checkbox"/> Sport	<input type="checkbox"/> Fotoalben	<input type="checkbox"/> Henna	<input type="checkbox"/> backen/kochen
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



EIN GEREGLTER TAGESABLAUF FÖRDERT AUSGEGLICHENHEIT UND INNERE RUHE!

- Mo
- Di
- Mi
- Do
- Fr
- Sa
- So

SORGE FÜR DICH!



IDEEN FÜR DIE NÄCHSTE WOCHE

- Küchenideen —
- Sushi selbst machen
 - im Garten grillen
 - neue Rezepte testen
 - lokal bestellen
 - was Traditionelles kochen
 - kreativ backen
 - Gewürze/Kräuter testen
 - Öle/Essigsorten testen
 - Veggie ausprobieren
 -



Telefontermine



MINDESTENS EINS EINE STUNDE AM TAG

- Sonne
- Kreatives
- Telefonieren
- Entspannung
- Körperpflege
- Handy weg/PC/TV aus
- Keine Nachrichten
- Bewegung
-
-