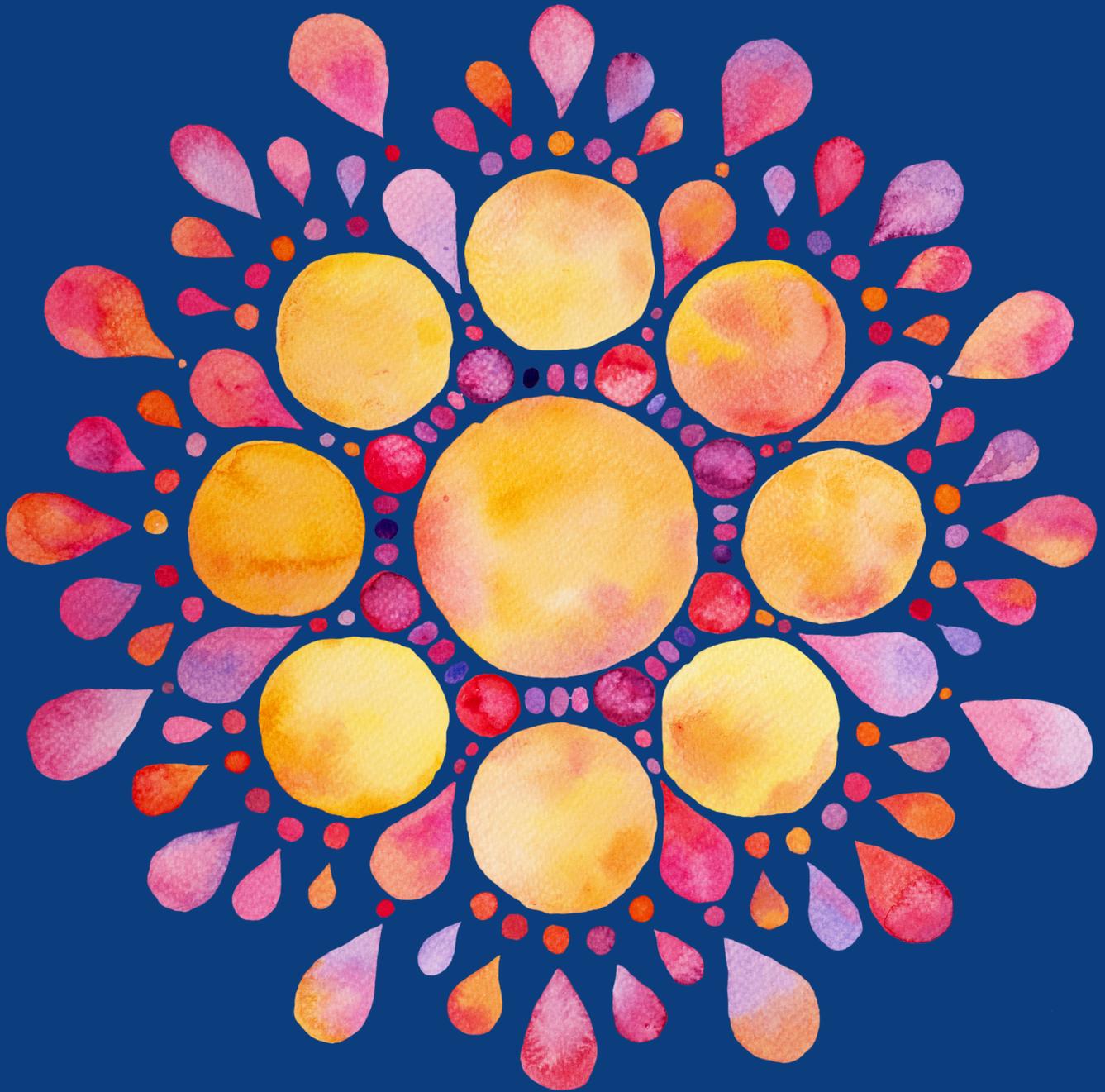


# MEINE WOCHE



DATUM

# ANLEITUNG

Dein persönlicher Wochenplaner hilft dir dabei, deinen Alltag zu organisieren. Egal ob Schule oder Freizeit – hier hast DU den Durchblick!

Auch Erfolge und schöne Momente finden ihren Platz. Blicke zurück auf deine Woche und notiere, was du gut gemacht hast, z.B. "ohne Wecker aufgestanden", "eine Klausur bestanden" oder "einer Freundin geholfen".

Wofür bist du in deinem Leben dankbar? Für dein Zuhause, leckeres Essen oder für bestimmte Talente? Schreib alles auf, was dir einfällt! Kleine und Große Erlebnisse dürfen hier nicht fehlen: vielleicht konntest du jemanden eine Freude machen, hast etwas Neues entdeckt oder planst etwas für die Zukunft?

Wir kennen wohl alle den Zustand, mit dem Kopf in den Wolken zu hängen. Manchmal kreisen unsere Gedanken um schöne oder weniger schöne Themen, die wir nicht immer mit anderen besprechen können oder möchten.

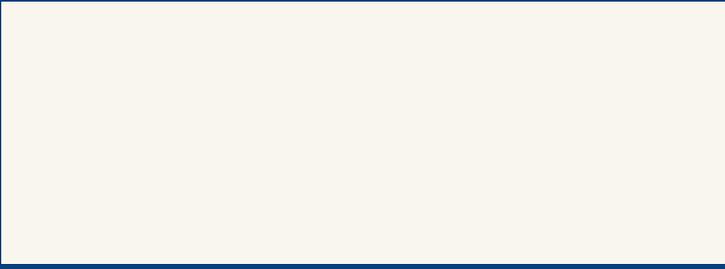
Der Blick in deinen Kopf hilft dir dabei, einen Ort zu finden, an dem du deine Gedanken loslassen kannst.

Weiteren Platz für Aufgaben und Gedanken kannst du in deinen persönlichen Notizen aufschreiben.

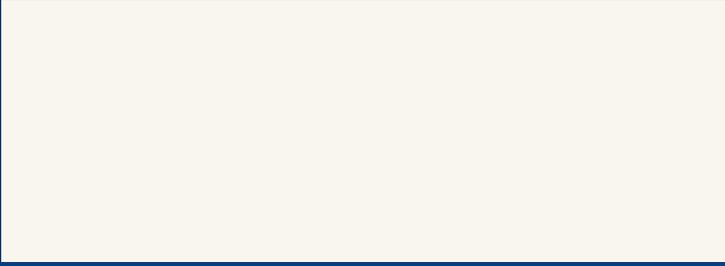
**Viel Spaß und eine gute Woche!**



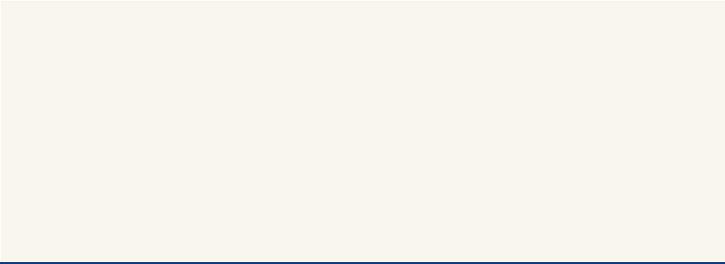
**MONTAG**



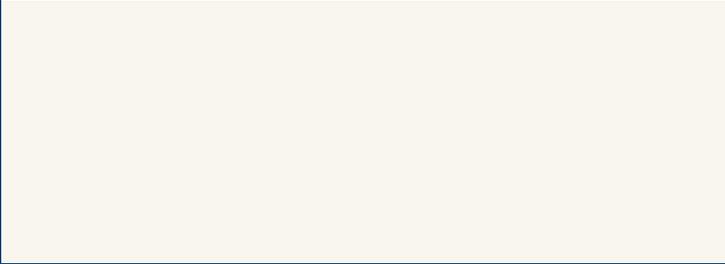
**DIENSTAG**



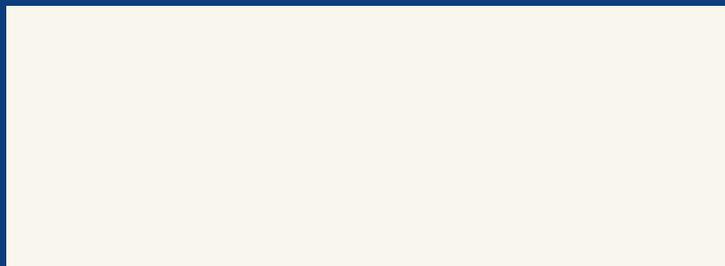
**MITTWOCH**



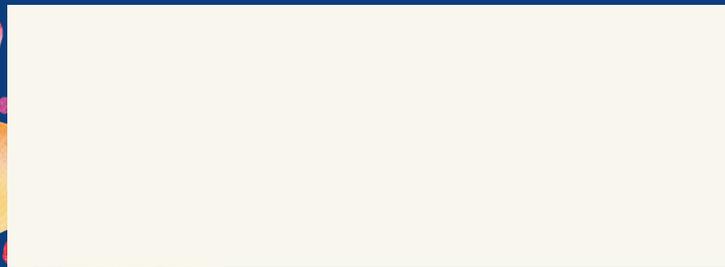
**DONNERSTAG**



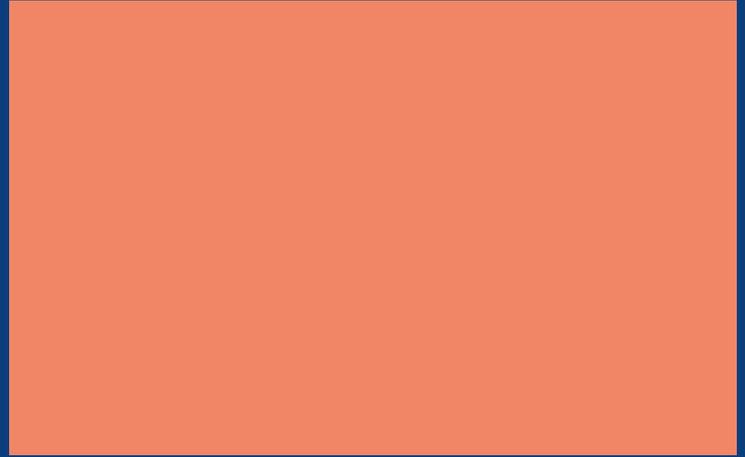
**FREITAG**



**SAMSTAG**



**Was habe ich gut gemacht?**



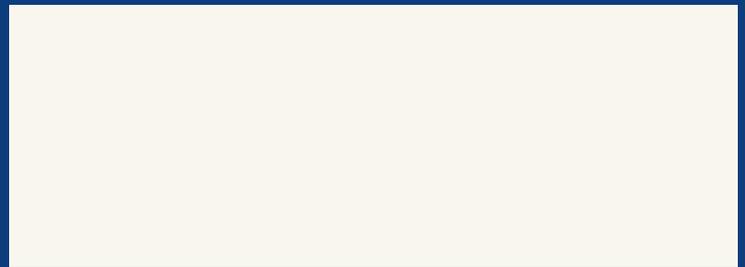
**Wofür bin ich dankbar?**



**Tolle Dinge, die ich erlebt habe**



**SONNTAG**



# EIN BLICK IN MEINEN KOPF

Schreibe oder male deine Gedanken in die Wolken.  
Egal ob gute oder schlechte Gedanken - hier ist alles erlaubt!



# NOTIZEN

Schreibe oder male deine Gedanken in die Wolken.  
Egal ob gute oder schlechte Gedanken – hier ist alles erlaubt!

Schreibe oder male deine Gedanken in die Wolken.  
Egal ob gute oder schlechte Gedanken – hier ist alles erlaubt!

