

Wochenplan - von 01.07. bis 07.07.

Pflicht

Das muss ich schaffen

- Tina für KiTa anmelden
- Restzahlung Urlaub überweisen
- Wagen zum TÜV anmelden

Kür

Das möchte ich gerne tun

- Lektüre für Urlaub besorgen
- Internetrecherche Gartenhäuser
- Regale im Keller entrümpeln

Kleinkram

Kleine Dinge, die ich noch tun könnte

- Lieblingshose Tina flicken
- Flecken Küchenwand überpinseln
- Sabine wegen Blumen anrufen
-
-
-

Mo 16:00 - 17:00 Kinderturnen
20:00 - 21:00 Volleyball

Do 10:00 Impftermin Tina

Di 19:00 - 20:00 Infoabend KiTa

Fr 10:00 - 11:00 Zahnarzt

Mi 11:00 Mama zum Arzt fahren

Sa/So Sa. 19:00 Gartenparty Uwe

Erholung

So lade ich diese Woche meine Akkus auf

- Volleyball am Montag
- Min. 1x Spaziergang im Wald
- Min. 1 Std. im Roman lesen
- An 4 Tagen vor 22:00 ins Bett
-

Rückblick

Ich habe das geschafft, was ich mir vorgenommen hatte

Ich habe ausreichend darauf geachtet meine Akkus aufzuladen

Ich bin zufrieden mit meiner Energie in der Woche

Ich hatte Spaß in der Woche

Ich bin zufrieden mit der Woche

Das hat mich besonders gefreut – dafür bin ich dankbar: KiTa-Platz wie gewünscht hat geklappt; Rü vom Arzt: Mama ist kerngesund
tolles Gespräch mit Anita bei Uwe Grillparty

Das möchte ich zukünftig anders machen: Darauf achten, dass ich wirklich vor 22:00 ins Bett komme