

TÄGLICHE DANKBARKEIT

HEUTE FÜHLE ICH MICH:

--	--	--

POSITIVE AFFIRMATIONEN:

--

HEUTE BIN ICH DANKBAR FÜR:

1 _____
2 _____
3 _____

ICH BIN STOLZ AUF:

+ TO DO'S HEUTE:

• NO GO'S HEUTE:

MEIN HEUTIGER SCHÖNSTER MOMENT:

VORFREUDE AUF MORGEN:

DANKBARKEIT

MONATLICHER PLAN:

MEINE ZIELE FÜR DIESEN MONAT:

WIE FÜHLST DU DICH:	WIE MÖCHTEST DU DICH FÜHLEN:
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>

WOFÜR MÖCHTEST DU DEINE ENERGIE VERWENDEN:

To Do's für diesen Monat:

DANKBARKEIT

MONATLICHER RÜCKBLICK

HIGHLIGHTS DES MONATS:

- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____

WAS WAR FÜR DICH NEU IN DIESEM MONAT?

WAS WAREN DIE HERAUSFORDERUNGEN?

WAS HAST DU PERSÖNLICH FÜR DICH GETAN:

AUF WAS HÄTTEST DU IN DIESEM MONAT
VERZICHTEN KÖNNEN?

DEINE HEUTIGEN AUFGABEN

Nimm dir heute in der Früh 30 Minuten Zeit für dich.

Atme bewusst ein und aus und visualisiere, welche Ziele du heute erreichen möchtest.

Notiere dir hier deine Tagesziele:



Was verbindest du mit diesen Zielen? Warum möchtest du diese Ziele heute erreichen?





Heute



möchte ich einfach nur
glücklich sein
und:



The page is decorated with gold glitter confetti, consisting of small, irregular gold-colored particles scattered across the white background. The confetti is most densely clustered at the top and bottom edges of the page, with a few scattered particles in the middle sections.

Meine Wünsche

1

2

3

Mein wichtigstes Ziel



BESCHREIBUNG