

Achtsamkeitswochenplaner

Mein persönlicher Glücksfokus der Woche:

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

Samstag

Sonntag

To-Do-Liste

Drei Dinge, für die ich dankbar bin:

1.....

2.....

3.....

Notizen, Gedanken, Kritzeleien