Mein Heute

☐ Mo ☐ Di ☐ Mi ☐ Do ☐ Fr

06.00
07.00
08.00
09.00
10.00
11.00
12.00
13.00
14.00
15.00
16.00
17.00
18.00
19.00
20.00
21.00
22.00
23.00

Wann mache ich was?

Trage hier ALLE Termine ein: Verabredungen mit anderen, Termine mit dir selbst, Pausen, Deep-Work-Phasen für größere Projekte, Bearbeitungsphasen für Email und Kleinkram und natürlich Puffer-Phasen für Unvorhergesehenes. Nutze Farben oder Symbole, um verschiedene Terminarten sichtbar zu machen

Ziele

Trage hier ein max. drei Ziele für den Tag ein (z.B. ein aufgeräumter Schreibtisch *oder* drei neue Blog-Artikel *oder* einfach nur überleben). Welches Motto hat dein Tag?

Kleinkram

Hier kommen alle kleineren Aufgaben hin, die heute erledigt werden sollten.

Routinen & Erinnerungen

Hier notierst du neue Routinen (z.B. Obstteller auf dem Schreibtisch) so lange bis sie sich eingeschliffen haben. Oder du notierst neue Überzeugungen, Erkenntnisse oder Mantra-Sätze (Das Gras wächst nicht schneller, wenn man dran zieht), an die du dich erinnern willst.

Heute nicht

Hier ist Platz für alles, was dir im Laufe des Tages durch den Kopf geht oder als Anruf reinkommt, aber heute nicht relevant ist. Abends überträgst du diese Notizen dann auf die entsprechenden Listen.

Notizen

Hier kannst du alles eintragen, was im Laufe des Tages notiert werden muss. Überprüfe am Abend, was du davon streichen oder auf andere Listen übertragen musst.

Gefunden bei thea.wulff.de

Mein Heute

☐ Mo ☐ Di ☐ Mi ☐ Do ☐ Fr

○ 06.00

○ 07.00

○ 08.00

○ 09.00

○ 10.00

○ 11.00

○ 12.00

○ 13.00

○ 14.00

○ 15.00

○ 16.00

○ 17.00

○ 18.00

○ 19.00

○ 20.00

○ 21.00

○ 22.00

○ 23.00

Ziele

Kleinkram

Routinen & Erinnerungen

Heute nicht

Notizen

Gefunden bei: https://www.theawulff.de