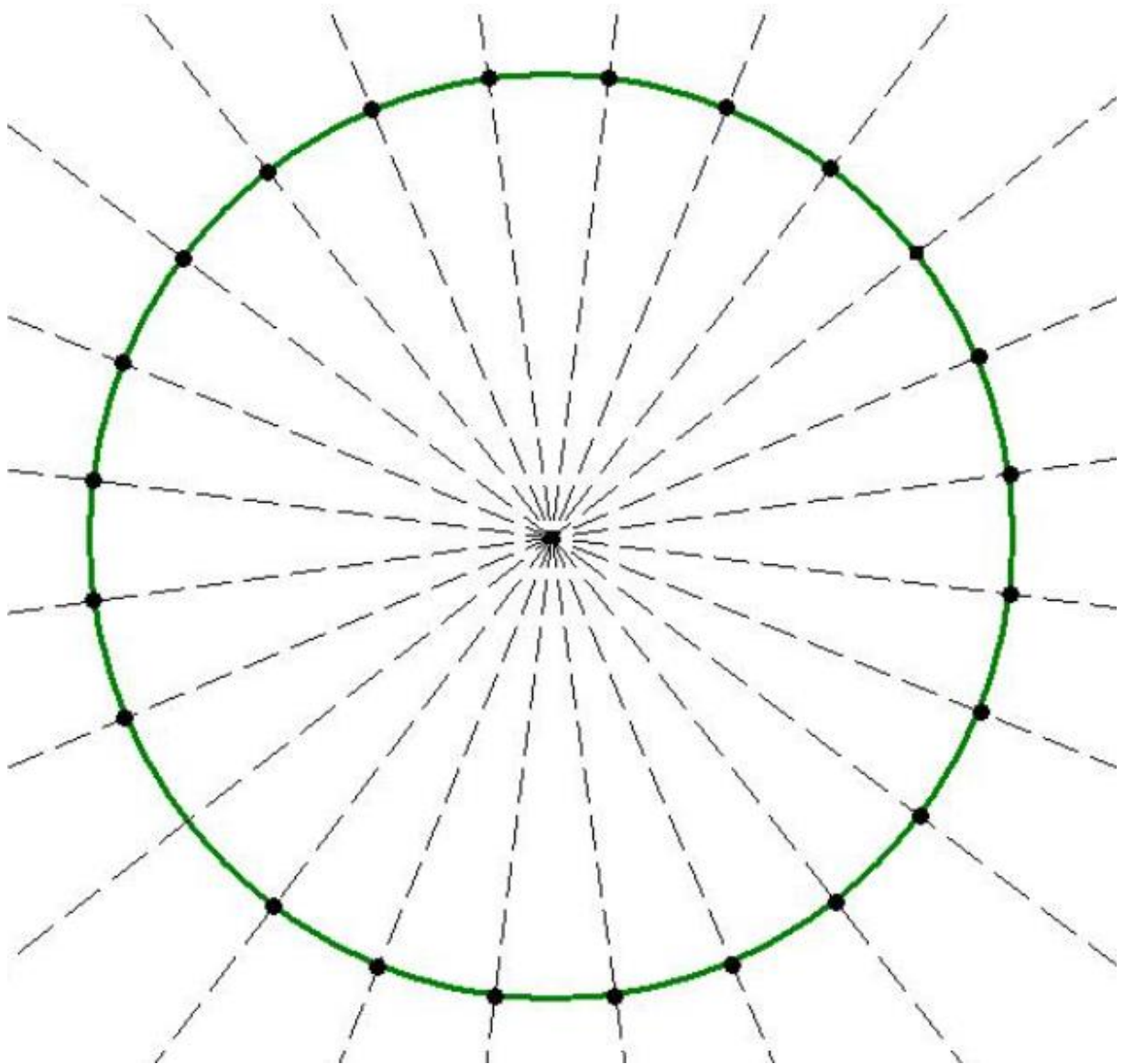


# Wertvolle Lebens-Zeit

Wie ist deine Zeit in 24 Stunden verteilt.: **Ist-Zustand**

Male die verschiedenen Aktivitäten, Dinge im Kreis ein. Kennzeichne das was dir Freude macht.

Schlafen, Arbeiten, Freizeit, Partnerschaft....



## Wunschzustand deiner Zeiteinteilung

Wie wünschst du dir, dass dein Tag gefüllt ist?

Trage in diesen Kreis die Zeiten und Aktivitäten so ein, wie du sie dir wünschst.

Was siehst du, wenn du die beiden Kreise vergleichst?

