

Big Five (jährlicher Check)

1. _____

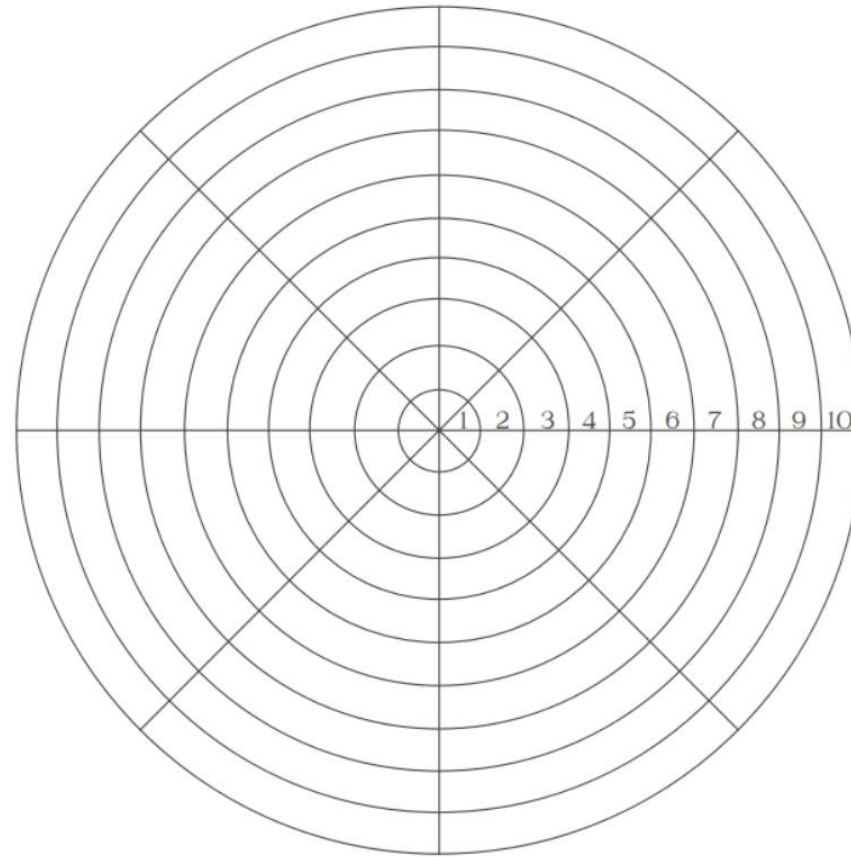
2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

Lebensrad (Check alle 3 Monate)



To Do-List (1-2 Wochen; tägl. Check)

Für mich

Für uns
