

FREIE ZEIT SCHÖN GESTALTEN

Neben der Arbeit und sonstigen Verpflichtungen ist es außerordentlich wichtig, dass Sie sich zum Ausgleich schöne Dinge vornehmen und sie auch in die Tat umsetzen. Hier gilt ebenfalls: Eine konsequente Planung hilft, kontinuierlich am Ball zu bleiben. Auch hier lohnt es sich, die geplanten Aktivitäten in den **Wochenplan** einzutragen.



1. FIT BLEIBEN



So möchte ich in Bewegung bleiben: _____ Tag _____ Uhrzeit (von/bis)

2. SOZIALE KONTAKTE



Mehr Zeit verbringen möchte ich mit: _____ Tag _____ Uhrzeit (von/bis)

3. ZEIT FÜR MICH



Für meine Entspannung werde ich: _____ Tag _____ Uhrzeit (von/bis)

4. NEUES AUSPROBIEREN



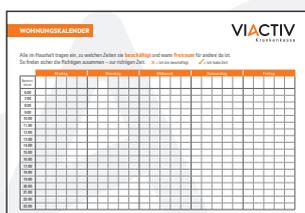
Das wollte ich schon immer mal machen: _____ Tag _____ Uhrzeit (von/bis)

PRODUKTIV IM HOMEOFFICE

Die richtige Umgebung ist einfach Gold wert. Gerade beim gleichzeitigen Leben und Arbeiten im häuslichen Setting ist es wichtig, dass Sie eine gute Arbeitsplatzumgebung schaffen. Das Ergebnis: produktives, konzentriertes und ungestörtes Arbeiten. Und mit unseren Materialien geht das leicht von der Hand.



VERWENDEN SIE UNSERE MATERIALIEN ZUM AUSDRUCKEN UND AUFHÄNGEN IN IHREM ALLTAG:



DER WOHNUNGSKALENDER
für gemeinsame Pläne



DAS WANDPOSTER
zur Erinnerung, den Arbeitsplatz optimal zu gestalten



DER TÜR HÄNGER
als Signal der Verfügbarkeit für andere