

INSPIRATION

KLARHEIT

ORIENTIERUNG

Meine persönliche JAHRESBILANZ

für das Jahr
2020

©Katja Kremling

Beziehungen

Der wichtigste Mensch
in meinem Leben:

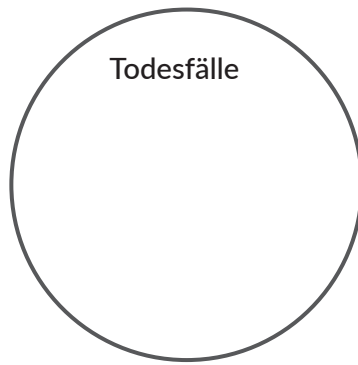
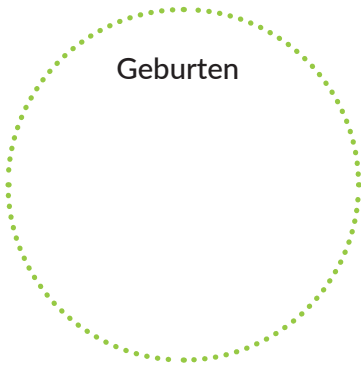


Was uns verbindet ...

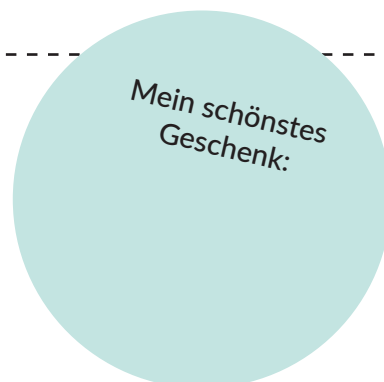
Diese Menschen haben mein
Jahr am meisten geprägt:

- _____
- _____
- _____
- _____

Schönste gemeinsame Momente



Aus den Augen, aus dem Sinn ...



Neue Kontakte:

Mein Lebensgefühl in diesem Jahr:

Neu gelernt
&
Erkenntnisse

Lieblingsbücher, -filme & -podcasts











Bereiste Orte und Länder

auch noch wichtig...

Fortschritte

Rückschritte

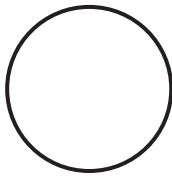
Die wichtigsten Entscheidungen des Jahres:

- _____
- _____
- _____

Wie treffe ich Entscheidungen?

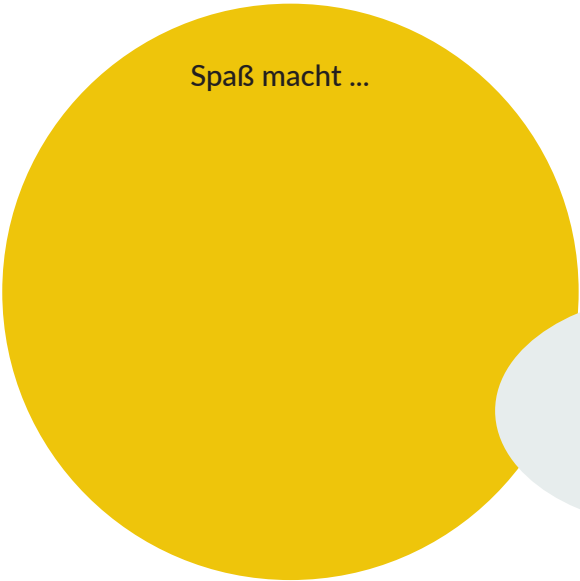


Beruf/Tätigkeit

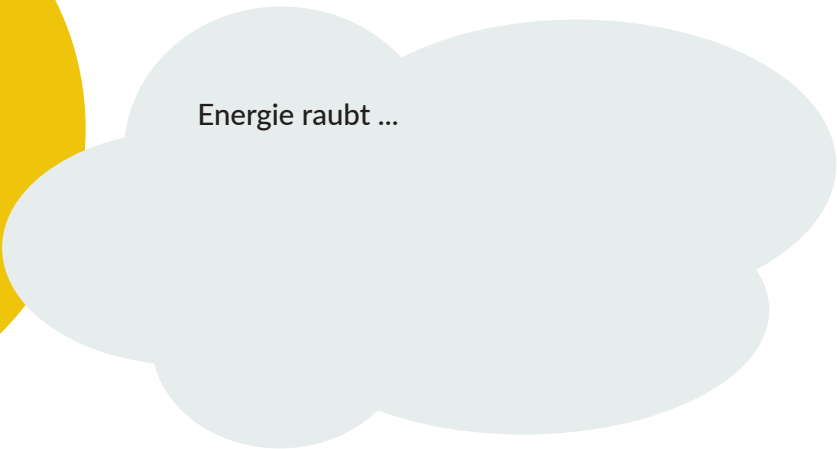


Montagsmorgen-Laune
(als Smily)

♥ Lieblingskollegen/-kunden:



Spaß macht ...

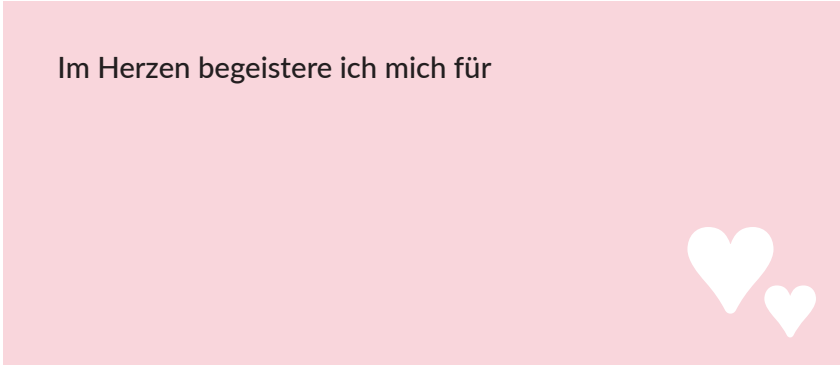


Energie raubt ...

★ ★ ★ ★ ★ Erfolgserlebnisse ★ ★ ★ ★ ★



Das fehlt mir:



Im Herzen begeistere ich mich für

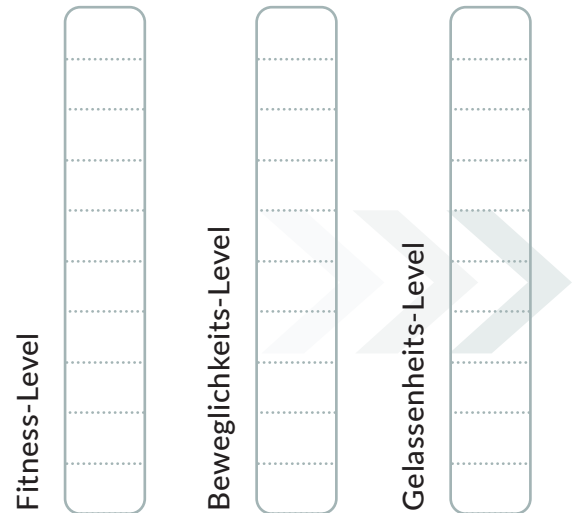




Passung der Lieblingsjeans



Li**eb**lingsbewegung / - Sport



Stunden Schlaf pro Nacht

Schritte pro Tag

Couchabende pro Woche



getrunkene Liter pro Tag

Was ich außerdem für meine Gesundheit tue/getan habe:

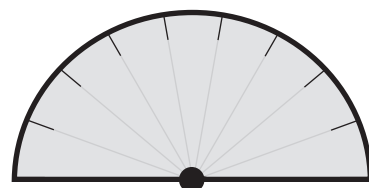
Meine Ernährungsform

Körpergefühl

neutral

negativ

positiv



Nachhaltigkeit



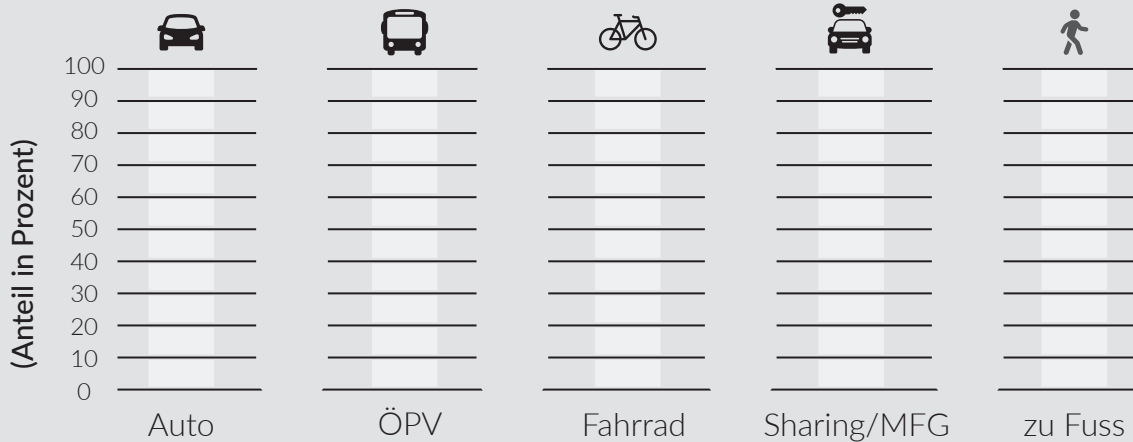
Ökologischer
Fußabdruck:



berechnen unter: <https://www.fussabdruck.de/fussabdrucktest/#/start/index/>



Wege erledige ich mit:



Anzahl gelbe Säcke
im Haushalt pro Monat:



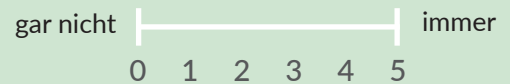
Anzahl Flüge
im letzten Jahr:



Mein größter
Nachhaltigkeits-Schritt
in diesem Jahr ...

Meine Einkäufe sind:

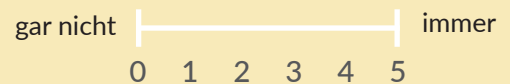
Plastikfrei



Bio



Regional



Lokal

Online

Monatsgehalt/budget



im Vergleich
zum letzten Jahr:



Beste Anschaffungen

Fehlinvestitionen

Dafür habe ich (zu?) viel
Geld ausgegeben

Dafür habe ich (zu?) wenig
Geld ausgegeben

_____ ◀

_____ ◀

_____ ◀

_____ ◀

_____ ▶

_____ ▶

_____ ▶

_____ ▶

gespendet - für

Ausgaben
für Strafzettel

Bilanz
Einnahmen : Ausgaben

Jahresrückblick

Highlights

Lowlights

JANUAR

FEBRUAR

MÄRZ

APRIL

MAI

JUNI

JULI

AUGUST



SEPTEMBER


OKTOBER


NOVEMBER



DEZEMBER

Weichen stellen

  Was will ich mitnehmen/ beibehalten?

Was möchte ich anders machen? 

Womit möchte ich Aufhören? Was möchte ich loslassen? 

  Womit möchte ich anfangen?

2021 Wunschkonzert

Was ich mir für das neue Jahr wünsche:

materiell

gesundheitlich

beruflich

persönlich

nachhaltig

zwischenmenschlich

sonst noch

Welchen Traum möchte ich mir in diesem Jahr erfüllen?

2021 **Losgehen**

Mein Motto für 2021 

★ wegweisende Werte für 2021



<https://montags-impulse.de/2019/03/25/werte-deine-richtungsweiser-fuer-ein-zufriedenes-leben/>

Mein wichtigstes Ziel für das neue Jahr

So fühlt es sich an, wenn ich es erreicht habe:

Meine ersten 3 Schritte ...

1

2

3

Für einen noch besseren Start ins neue Jahr:



MONTAGS-IMPULSE

Immer montags schicke ich dir kurze, liebevoll anschubsende und wegbegleitende Impulse, mit denen du direkt losgehen kannst für mehr Freude und Sinn im (Job-)Alltag.

Hier kannst du dich für die Montags-Impulse eintragen: <https://montags-impulse.de/anmelden/>



VISIONS-WORKSHOP

Gestalte dein Jahr 2021 im stimmungsvollen Ambiente! Ich dich herzlich ein zum Vision-Workshop. Mit dem Code Vision2021 erhältst du 20% Rabatt.

Wann: 14. Januar 2021, 18:00 - 21:30 Uhr

Wo: Konnektiv62, Alaunstraße 62 (blaues Haus im Hinterhof)

Wieviel: 45 EUR (inkl. Getränke und Snacks sowie Material: DIN A2 Karton, Schere, Klebestift und Zeitschriften)

Anmeldung: <https://www.eventbrite.de/e/visions-workshop-gestalte-dein-jahr-2021-tickets-113597717832>

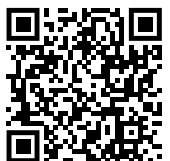


ERSTGESPRÄCH FÜR EIN BERUFUNGS COACHING

Jeder von uns braucht an bestimmten Punkten im Leben Menschen, die einen an das eigene Potential erinnern und neue Wege aufzeigen - genau dafür bin ich da.

Vereinbare einen persönlichen Termin für unser Kennenlernen - kostenfrei und unverbindlich:

<https://kremling-berufungcoach.youcanbook.me>



Ich wünsche dir einen gelungenen Auftakt für das Jahr 2021

Deine Katja