

JAARDOELEN

Beleef je Droomleven

Beleef-InzichtmetPaarden.nl

Weekplannen en kwartaalreflecties zijn super waardevol, als jij **je tijd bewust** wilt **besteden**! Maar heb je al vastgesteld waar je uiteindelijk naartoe wilt? En is dat **uiteindelijke doel** in balans met wat je denkt én wat je voelt? De minicursus **Jaardoelen Stellen** biedt je hiervoor de perfecte, praktische oplossing. Scan de QR-code om te kijken of het iets voor jou kan zijn...

Renate@Beleef-Coaching.nl



Van Dromen naar Beleven

WEEKPLAN

Beleef je Droomleven

Beleef-InzichtmetPaarden.nl



Renate@Beleef-Coaching.nl

Van Dromen naar Beleven

Om te weten wat er nu eigenlijk echt belangrijk is voor je deze week, is het noodzakelijk om te weten hoe het nu met je gaat. Schrijf op wat je op dit moment bezig houdt en hoe jij je voelt. Schrijf de pagina vol.

HOE GAAT HET?

Beleef je Droomleven

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Waar heb je nu behoefte aan?

.....

PRIORITEITEN

Beleef je Droomleven

Aan welke praktische klussen kom jij steeds niet toe? (werk en privé)

-
-
-
-

Wat geef jij deze week prioriteit?

Je hebt stilgestaan bij hoe het nu met je gaat, wat belangrijk voor je is, wat je wilt en wat er moet. De weg van A naar B gaat altijd stap voor stap. Noteer in je agenda de eerstvolgende logische stappen, om er ook daadwerkelijk mee aan de slag te gaan.

JE HEBT BIJ Q7 OPGESCHREVEN WAT JE KUNT LEZEN OM JEZELF TE INSPIREREN. NOTEER IN JE AGENDA WANNEER JE DAT GAAT DOEN.

Weet je dat er ook kwartaalreflecties zijn?!

Er zijn vier verschillende om tijdens iedere seizoensovergang op je weekplannen terug te kijken en om vooruit te blikken. Ieder seizoen heeft specifieke kenmerken die wij als mensen kunnen benutten om het beste uit onszelf te halen.

Voor €24,- krijg je de download van alle 4!

App me op 0625431024 dan stuur ik je een betaalverzoekje en app of mail ik de pdf-bestanden. Net wat jij fijn vindt!

Liefs Renate

WENSEN

Beleef je Droomleven

Q7 Wat kun je komende week lezen dat jou op dit moment inspireert?

Is er een jaardoel waar je deze week ruimte voor voelt? Zo ja, welk jaardoel? **Q8**

Q9 Waar verheug jij je op aankomende week?

Beleef je Droomleven

WEEKREFLECTIE

DE AFGELOPEN WEEK HEB IK MIJN TIJD VOORAL
BESTEED AAN:

.....

.....

AFGELOPEN WEEK BEN IK TEVREDEN OVER...

01

02

03

DIT VIND IK VAN MIJN
TIJDSBESTEDING VAN AFGELOPEN
WEEK

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Aandacht besteed aan
ONTSPANNING



WERK



GEVOEL



DATUM REFLECTIE INGEVULD

DIT DOCUMENT GEBRUIK JE
SAMEN MET JE AGENDA OM
TERUG TE KIJKEN EN VOORUIT
TE PLANNEN

.....

WENSEN

Beleef je Droomleven

Q1

Als je komende week alle tijd had.

Wat zou je dan doen?

.....

.....

.....

.....

Waarom is dat nu zo belangrijk?

Q2

.....

.....

.....

.....

Q3

Wat kun je aankomende week wél

doen?

.....

.....

.....

.....

WENSEN

Beleef je Droomleven

Q4 Wat is op dit moment jouw grootste verlangen?

.....

.....

.....

.....

Wat weerhoudt je er van om dit te realiseren?

Q5

.....

.....

.....

.....

Q6 Wie of wat kan jou helpen om dat wat jou van je verlangen weerhoudt, te doen afnemen?

.....

.....

.....

.....