

# MANUELA HERDEN

*Leben mit Tiefe und Sinn*

## Logbuch: Wochenplan

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
6.00							
7.00							
8.00							
9.00							
10.00							
11.00							
12.00							
13.00							
14.00							
15.00							
16.00							
17.00							
18.00							
19.00							
20.00							
21.00							
22.00							
23.00							

Bitte jeweils eintragen: Tätigkeit **und** Stimmung (++ sehr gute Stimmung + gute Stimmung +/- mittelmäßige Stimmung - schlechte Stimmung -- sehr schlechte Stimmung)