

Wochenplan, Ist-Soll

Arbeit-Strukturierungs-Gruppe | psychotherapeutische Beratungsstelle

Datum:

Zeit	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag		Sonntag	
	Ist	Plan	Ist	Plan	Ist	Plan	Ist	Plan	Ist	Plan	Ist	Plan	Ist	Plan
6-7														
7-8														
8-9														
9-10														
10-11														
11-12														
12-13														
13-14														
14-15														
15-16														
16-17														
17-18														
18-19														
19-20														
20-21														
21-22														
22-23														
23-24														

P =Projekt; U=feste Termine an der Uni; J=Jokerzeit; A = Arbeit/Job; V = Verpflichtungen wie Papierkram, Haushalt...; F = Freizeit