

# UGEPLAN

UGE: \_\_\_\_\_

DATO: \_\_\_\_\_

## UGE FOKUS

Hvad er mit primære fokus denne uge?

---

---

---

---

## TOP 3 PRIORITETER

Det vigtigste, jeg vil opnå denne uge

1 \_\_\_\_\_

2 \_\_\_\_\_

3 \_\_\_\_\_

## NOTER

---

---

---

---

TID	MANDAG	TIRSDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG	LØRDAG	SØNDAG
06:00							
07:00							
08:00							
09:00							
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							

## OPGAVELISTE

Opgaver, der skal gøres denne uge

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## VANER / RUTINER

Fokus på det, der gør en forskel

	M	T	O	T	F	L	S
_____	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
_____	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## UGE EVALUERING

Refleksion og justering

Hvad gik godt denne uge?

---

---

Hvad kan jeg forbedre?

---

---

Hvad vil jeg fokusere på næste uge?

---

---

## HUSKELISTE

\_\_\_\_\_  \_\_\_\_\_  \_\_\_\_\_  \_\_\_\_\_