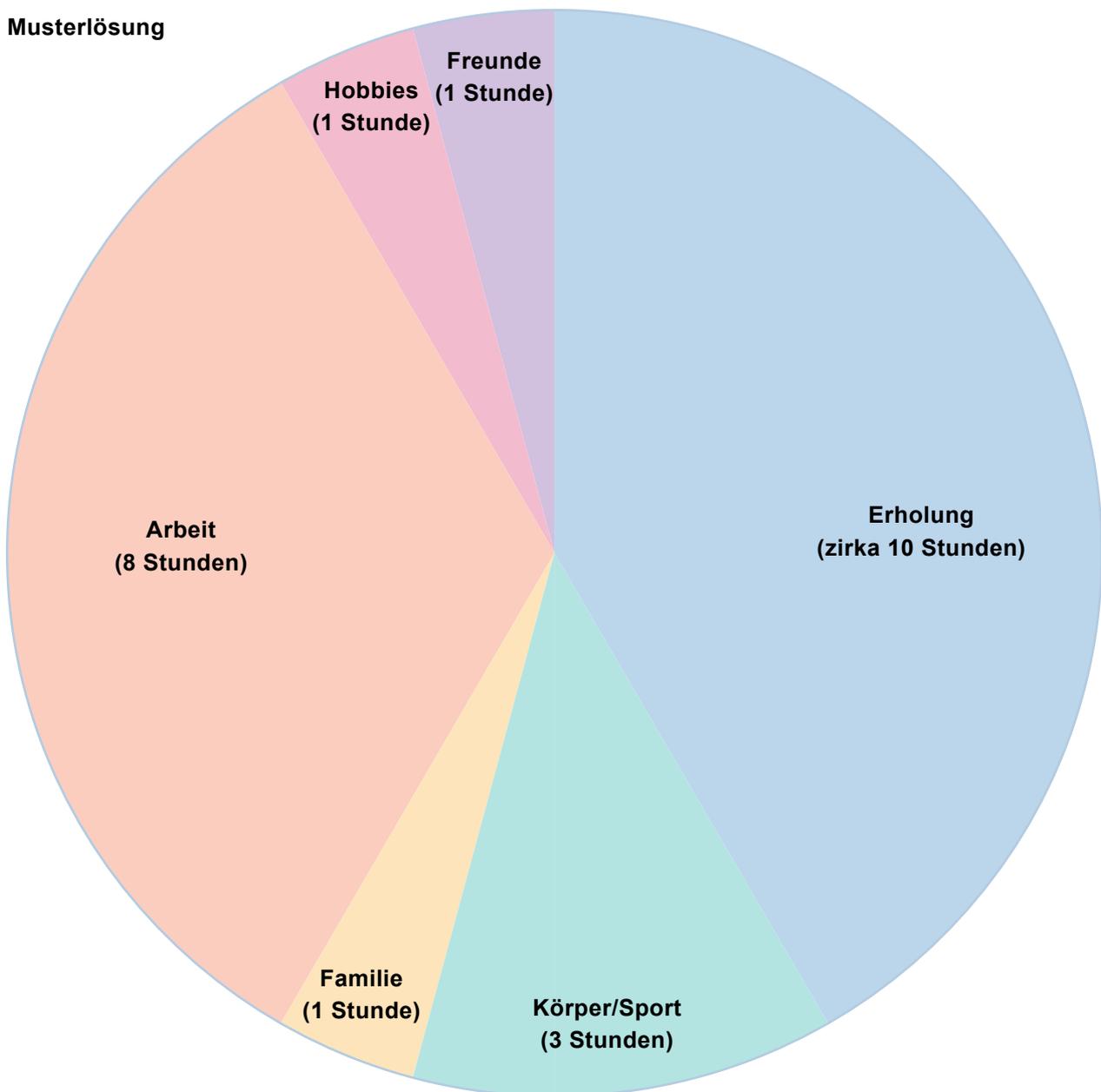


## Wie sieht Ihre derzeitige Lebensbalance aus?

Womit verbringen Sie wie viel Zeit? Für alle Menschen hat der Tag 24 Stunden und die Woche 7 Tage – aber jeder verbringt diese Zeit anders. Tragen Sie ein, wie viel Zeit Sie aktuell pro Tag für die einzelnen Lebensbereiche aufwenden.

### Musterlösung



Ist diese Verteilung so, wie Sie sie sich für Ihr Leben vorstellen? Falls nicht:  
Was möchten Sie ändern? Welcher Lebensbereich sollte mehr Platz bekommen?  
Wo sind Sie bereit, Abstriche zu machen?