

- Fokus kalender -

ET ÅR MED PERSONLIG UDVIKLING

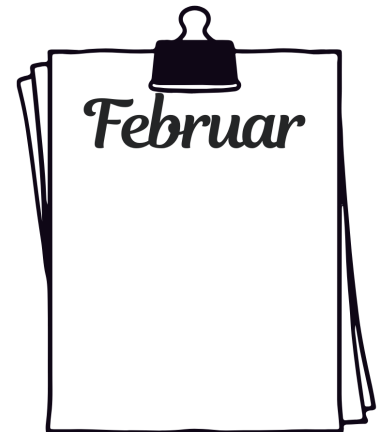


LIVSREDSKABER

- Fokus kalender -

ET ÅR MED PERSONLIG UDVIKLING

Februar



Kalender overblik

- **Fuldmåne ritual** - 5 trins model
- **Fokus Journal** - Så du når i mål, med det du sætter dig for.
- Astrologisk kalender - **Fiskene** (19. februar - 20. marts)
- Fokus Mål Månedspåplan

Husk at opdatere dine 'Fokus mål' for måneden fra forrige kapitel.

Hvad er de vigtige små skridt denne måned på vejen mod dine mål?

- **små skridt tæller <3**

Har du ikke sat dine mål for året, kan du nå det endnu - se kapitel 2 'Fokus mål' Energien er lige nu til at drømme og lægge de store planer - uden nødvendigvis at handle.

Som min morfar sagde "Godt begyndt er halvt fuldendt" - Poul Høst

- Fokus kalender -

ET ÅR MED PERSONLIG UDVIKLING

1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	
9	
10	

- Fokus kalender -

ET ÅR MED PERSONLIG UDVIKLING

Har du endnu ikke arbejdet med dine **Fokus mål**? - Du kan nå det endnu ;-) Se kapitlet Fokus Mål som guider dig til at få sat de mål for året som du vil have fokus på.

Året er fortsat kun lige begyndt, og både astrologisk og det kinesiske nytår er stadig foran os. I naturen er alt fortsat i hi under en tung vinterdyne og det samme bør vi måske.

Det er ikke nødvendigvis nu vi skal handle og komme ud over rampen, men ideel periode at drømme stort, lægge ambitiøse planer, flyde med Vandbærerens idérigdom og Fiskenes kreativitet.

"The privilege of a lifetime
is to become who you truly are"

Carl Jung

- Fokus kalender -

ET ÅR MED PERSONLIG UDVIKLING

11	
12	
13	
14	
15	
16	
17	
18	
19	Fiskene 19. februar - 20. marts
20	

- Fokus kalender -

ET ÅR MED PERSONLIG UDVIKLING

21	
22	
23	
24	
25	
26	
27	
28	
29 2028	

- Fokus kalender -

ET ÅR MED PERSONLIG UDVIKLING

Fokus Mål Månedsoversigt

Genbesøg dine fokusmål for året og bryd ned 3-4 konkrete og handlingsorienterede skridt du kan tage i retningen af dine mål denne måned - og HUSK **små skridt tæller!** <3

Har du ikke endnu fået sat dine mål kan det nåes endnu - se 'Fokus mål' kapitlet

Fokus mål	Små første skridt
1-	• • •
2 -	• • •
3 -	• • •
4 -	• • •
5 -	• • •

Godt klaret!

- Fokus kalender -

ET ÅR MED PERSONLIG UDVIKLING

Fokus Mål Månedspan

På Månedspanen kan du bryde hvert mål yderligere ned.

Overfør 1 mål af gangen og noter de første 5-6 små skridt nedenfor, inkl. hvem der ville kunne hjælpe dig på vej.

Husk at være handlingsorienteret og konkret i formuleringerne. **Små skridt tæller! <3**

1-	Mdr: _____
Små første skridt: (+ evt. hvem)	Marker med ☐ når færdiggjort
•	☐
•	☐
•	☐
•	☐
•	☐
•	☐