

*Omid François Zamani*

Notieren Sie hier alles, was Ihnen dazu einfällt. Wenn Sie Ideen brauchen nehmen Sie sich gerne die beiliegende Liste. Bewerten Sie die Tätigkeiten gerne von 1-5. Schauen Sie sich diese Liste mindestens jede Woche an und wählen Dinge aus, die Sie umsetzen möchten. Starten Sie besser mit kleinen Dingen, um sich nicht zu überfordern.

This image shows a full page of white paper with horizontal dotted lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page, providing a guide for handwriting practice. There are no margins, text, or other markings on the page.