

# Meine Woche



Nutzen Sie den Kalender für Ihre individuellen Einträge und zu Ihrem Wohlbefinden. Zudem können Sie hier Ihr Aktivitäts-, Trink- und Schlafverhalten festhalten. So behalten Sie Ihre Vitalität im Auge. Nutzen Sie die Dokumentation auch gern als Rückblick für den nächsten Kontrolltermin bei Ihrem Behandler.

		2	0		
--	--	---	---	--	--

Woche Jahr



**WEGE ENTSTEHEN  
DADURCH, DASS  
MAN SIE GEHT.**

– FRANZ KAFKA –

Diese Woche fühle ich mich:



---

---

---

Wochenplan downloaden unter:  
[www.krebsratgeber.de/patientenbegleiter](http://www.krebsratgeber.de/patientenbegleiter)

**Mo**  
! - ●●●+  
☒ - ●●●+  
☾ - ●●●+

**Di**  
! - ●●●+  
☒ - ●●●+  
☾ - ●●●+

**Mi**  
! - ●●●+  
☒ - ●●●+  
☾ - ●●●+

**Do**  
! - ●●●+  
☒ - ●●●+  
☾ - ●●●+

**Fr**  
! - ●●●+  
☒ - ●●●+  
☾ - ●●●+

**Sa**  
! - ●●●+  
☒ - ●●●+  
☾ - ●●●+

**So**  
! - ●●●+  
☒ - ●●●+  
☾ - ●●●+

Symbolerklärung: ! Aktivität ☒ Flüssigkeit ☾ Schlaf