

Kalender / Planer / Notizbücher

Ein guter Plan – 2019

Das Buch, das dein Leben verändert

Ein guter Plan Zeitlos ist ein ganzheitlicher Terminkalender, der dir Tag für Tag das Konzept der radikalen Achtsamkeit näher bringt. Ganz ohne Postkartenweisheiten und gegen den wachsenden Zwang zur Selbstoptimierung. Der Planer ist undatiert und kann jederzeit angefangen werden. Der Moment, an dem du endlich Zeit hast dich um deine Träume zu kümmern wird nie kommen. Wir sind alle gestresst, beißen uns mit viel Selbstdisziplin durch den Arbeitstag und entspannen abends um die Wette. Die zwei bis drei Wochen Urlaub im Jahr dienen, wenn man mal ehrlich ist, oft nur dem Kraft tanken für einen neuen Marathon der Fremd- oder Selbstausbeutung. Stress wird glorifiziert, Überstunden sind Standard, Nachtschichten en vogue.

Weitere Details:

- 25 überarbeitete Achtsamkeits-Techniken • Datierter Terminkalenderteil für 2019 mit viel Platz für Notizen • Innovative Achtsamkeits-Ampel: erkenne Stressmuster • 52 neue Tipps für weniger Stress und mehr Selbstliebe • Monatliche Reflexion und Zielsetzung • Einband aus französischem Leinen
- Edle Goldprägung • FSC-zertifiziertes Echtholzpapier • Verpackt in Artisanpapier-Banderole
- In Deutschland gedruckt und gebunden

240 Seiten, 14 x 22 cm, 440 g

Lesebändchen in Gold und schwarz, Geb.

Gratis dazu: Das Projektheft „Ein gutes Projekt“ Mini

EAN siehe unten, da in 9 verschiedenen Farben erhältlich

24,90 €

Grau EAN 0648614231313 **Altrosa** EAN 0648614231320 **Bonbon** EAN 0648614231368

Anthrazit EAN 0648614231337 **Flieder** EAN 0648614231399 **Smaragd** EAN 0648614231344

Schwarz EAN 0648614231351 **Fuchs** EAN 0648614231382 **Feige** EAN 0648614231375

www.einguterplan.de

Ein guter Plan – 2019 PRO

Ein guter Plan Pro 2019 ist ebenfalls ein ganzheitlicher Terminkalender, der dir viel Platz für deine Aufgaben, Notizen und Ziele bietet. **Die Pro-Version ist kleiner, leichter und robuster** als *Ein guter Plan* und bietet mehr Platz für Termine und Aufgaben. Die Wocheneinteilung im Kalender ist horizontal. Damit hast du alle deine Termine im Blick und dir fällt es leichter, Zeitblöcke für Pausen und Freizeit auszumachen. Der Lebensplaner ist in Ein guter Plan Pro nur als PDF-Download enthalten, da der Fokus auf Kompaktheit liegt

Weitere Details:

- Datierter Terminkalenderteil für 2019 mit noch mehr Platz für berufliche und private To-dos
- Monatliche Reflexion und Zielsetzung • 52 Tipps für weniger Stress und mehr Selbstliebe
- Innovative Achtsamkeits-Ampel: erkenne Stressmuster • Einband aus robustem Vinyl
- Edle Goldprägung • Textilverstärkte Dokumententasche • Lesebändchen in Schwarz und Gold
- Verschlussgummi • Verpackt in Artisanpapier-Banderole • In Deutschland gedruckt und gebunden

220 S., 13 x 20 cm, Softcover Vinyl,

Gratis dazu: Das Projektheft „Ein gutes Projekt“ Mini

EAN siehe unten, da in 7 verschiedenen Farben erhältlich

29,90 €

Grau EAN 0648614231252 **Gelb** EAN 0648614231276 **Sand** EAN 0648614231245

Burgund EAN 0648614231269 **Salbei** EAN 0648614231290 **Taube** EAN 0648614231306

Schwarz EAN 0648614231283

www.einguterplan.de

Roger Liggerstorfer (Hrsg.)
Mondphasenkalender 2019
Siebdruck auf blauem Chromolux-Papier
Format 35 x 82 cm
ISBN 978-3-03788-554-3
16,00 €
www.nachtschatten.ch

Roger Liggerstorfer (Hrsg.)
Mini-Mondphasenkalender 2019
Siebdruck auf blauem Chromolux-Papier
Format 34,6 x 16,5 cm
ISBN 978-3-03788-555-0
8,00 €
www.nachtschatten.ch

Roger Liggerstorfer (Hrsg.)
Mondphasenpostkarten 2019
Siebdruck auf blauem Chromolux-Papier
A6 Postkartenformat, Set à 10 Expl.
ISBN 978-3-03788-556-7
16,00 €
www.nachtschatten.ch

www.verlagsvertretung-schaefer.de