TAGESPLANER

Dein Tag mit *Fokus*

Weniger tun, mehr bewegen

Ein *Geschenk* für dich von

SCHIESSL DESIGN

© 2026 Schießl Design
Gerne teilen – verkaufen nicht.

...*kennst* du das?

Die Liste wird jeden Tag länger, der Tag nicht.
Dieser Planer hilft dir, dich auf das zu konzentrieren, *was wirklich zählt.*

So *funktioniert's*

Die *eine* Sache
Was würde deinen Tag zu einem guten Tag machen?
Diese Aufgabe ist dein Tagesziel.

1

Drei *mittlere* Aufgaben
Wichtig, aber nicht entscheidend.

3

Fünf *kleine* Aufgaben
Mails, Rückrufe, kurze Erledigungen.

5

Plus: Heute *sichtbar* sein
Ein kleiner Schritt, damit andere sehen, was du kannst.
Ideen dafür findest du auf Seite 4.

+

Die 1-3-5-Regel geht auf Alex Cavoulacos von The Muse zurück.

Mein Tipp

Plane am Abend vorher, das dauert nur fünf Minuten.
Und wenn der Tag anders läuft als gedacht: Die eine Sache zählt. Alles andere darf warten.

Marion

Kleiner Hinweis:
Seite 3 kannst du so oft ausdrucken, wie du magst.
In GoodNotes duplizierst du sie einfach.

© 2026 Schießl Design

Dein Tag mit *Fokus*

Datum _____

M D M D F S S

Die *eine* Sache

Wenn ich heute nur das schaffe, war es ein guter Tag.

Drei *mittlere* Aufgaben

Fünf *kleine* Aufgaben

Notizen

Heute *sichtbar* sein (Ideen auf Seite 4)

Das lief heute gut: _____

Heute *sichtbar* sein

Sichtbarkeit entsteht nicht durch eine große Aktion, sondern durch viele kleine Schritte. Such dir jeden Tag einen aus, der zu dir passt, und trag ihn in deinen Tagesplaner ein.

Auf Instagram und Co.

1. Teile ein Foto von deinem Arbeitsplatz.
2. Erzähl in einer Story, woran du gerade arbeitest.
3. Beantworte eine Frage, die dir Kunden oft stellen.
4. Kommentiere ehrlich bei drei Menschen aus deiner Zielgruppe.
5. Zeig ein Vorher-Nachher aus deiner Arbeit.
6. Stell eine Umfrage in deiner Story.
7. Teile einen Tipp aus deinem Fachgebiet.
8. Erzähl, warum du tust, was du tust.

Auf deiner Website und in deinem Profil

17. Prüf, ob deine Kontaktdaten überall aktuell sind.
18. Aktualisiere dein Google-Unternehmensprofil.
19. Formuliere in einem Satz, was du tust und für wen.
20. Lies deine Startseite mit den Augen eines Kunden.
21. Ergänze ein neues Projekt in deinem Portfolio.
22. Antworte auf eine Bewertung.
23. Ruf deine Website am Handy auf und prüf, ob alles funktioniert.

In deinem Netzwerk

9. Bitte einen zufriedenen Kunden um eine Bewertung.
10. Melde dich bei jemandem, von dem du lange nichts gehört hast.
11. Empfiehl jemanden weiter, dessen Arbeit du schätzt.
12. Bedanke dich bei jemandem für eine Empfehlung.
13. Schlag jemandem aus deinem Netzwerk eine Zusammenarbeit vor.
14. Erzähl im Freundeskreis, was du gerade anbietest.
15. Frag in einem Café oder Laden in deiner Nähe, ob du Visitenkarten auslegen darfst.
16. Melde dich zu einem Netzwerktreffen oder Online-Event an.

Für dich

24. Schreib drei Dinge auf, die du in deinem Business gut machst.
25. Lies ein freundliches Feedback noch einmal.
26. Notiere eine Idee für einen neuen Beitrag.
27. Überleg, welche Frage dir diese Woche jemand gestellt hat. Sie ist dein nächster Beitrag.
28. Lass ein Foto von dir bei der Arbeit machen, für später.
29. Prüf, ob deine drei Worte in deinem Auftritt zu sehen sind. *(Workbook unter Geschenke)*
30. Feier einen kleinen Erfolg und erzähl jemandem davon.

Und wenn du merkst, dass dein Auftritt noch nicht zeigt, was in dir steckt: *Lass uns reden.*

Du hast das *Potenzial.*
Jetzt machen wir es *sichtbar.*

© 2026 Schießl Design