

15-MINUTEN PROJEKT INVENTUR

Diese Mini-Inventur gibt dir in nur 15 Minuten einen ehrlichen Überblick über deine laufenden Projekte, Ideen, Verpflichtungen und „heimlichen To-dos“, die dir Energie ziehen.

Du brauchst nur einen Stift – und die Bereitschaft, einmal komplett ehrlich zu dir zu sein.



Adriane Niepel
Marktplatz 10b
53340 Meckenheim
Adriane@ninjaadventures.de
www.ninjaadventures.de



SCHRITT

1

ALLES AUF DEN TISCH (5 MINUTEN)

„Notiere alles, was in deinem Leben gerade Aufmerksamkeit will“ – inkl.:

- berufliche Projekte
- Kundenarbeit
- eigene Ideen & Side-Projekte
- Lernziele / Trainings
- Ehrenamt
- Familienaufgaben
- Veranstaltungen
- laufende Routinen
- ungeklärte Entscheidungen
- offene Schleifen („Muss ich mich darum kümmern?“)

**NICHT BEWERTEN.
EINFACH RAUS DAMIT.**



SCHRITT

2

ORDNE DEINE PROJEKTE (3 MINUTEN)

Zieh jedes Projekt aus Schritt 1 in genau eine Kategorie.
Bauchgefühl zählt.
Kein Perfektionismus – du sortierst nur grob vor.

Bringt Geld / Sicherheit

Muss erledigt werden / Pflichten

vielleicht später / Ideen

Bringt Freude / Emotional

Langfristig wichtig / Strategie

SCHRITT

3

MEINE 5 HIGH-IMPACT PROJEKTE (4 MINUTEN)

Markiere 3–5 Projekte, die heute oder diese Woche wirklich wirken würden – egal ob finanziell, emotional oder strategisch.



SCHRITT

4

DIE ENTSCHEIDUNG (2 MINUTEN)

1. Fokusprojekt

- Warum gerade dieses?
- Nächster sinnvoller Schritt

Wähle GENAU 3 Projekte, die als erstes Aufmerksamkeit bekommen.

Nicht für immer – nur für die nächsten 3–7 Tage.

2. Fokusprojekt

- Warum gerade dieses?
- Nächster sinnvoller Schritt

3. Fokusprojekt

- Warum gerade dieses?
- Nächster sinnvoller Schritt

Multipassion heißt nicht:
„alles gleichzeitig“. Wenn dir schwerfällt zu wählen, brauchst du ein visuelles System wie den **Projektgarten** 

DEIN NÄCHSTER SCHRITT: DEIN PROJEKTGARTEN



Die 15-Minuten-Inventur gibt dir eine Momentaufnahme.

Der Projektgarten gibt dir ein umfassendes und dauerhaftes System, das deinen Kopf entlastet, Prioritäten sichtbar macht und dich durch alle deine Projekte begleitet – ohne Apps, ohne Chaos, ohne Überforderung.

Wenn du deinen eigenen Projektgarten bauen willst, gibt es zwei Wege:

Den 4.12. Workshop in Wesseling bei Köln

(inkl. Material, Anleitung &
persönlichem Setup)

Infos & Anmeldung:

<https://www.eventbrite.de/e/projektgarten-unlocked-viele-projekte-ein-werkzeug-klarheit-tickets-1943195162039>

Eine 1:1-Begleitung, um
deinen Garten mit mir
Schritt für Schritt
aufzubauen.



Ich freue mich über deine Nachricht:
Adriane@ninjaAdventures.de

Andere Stadt? Schreib mir!
Adriane@ninjaAdventures.de

Adriane Niepel

 <https://www.linkedin.com/in/adriane-niepel/>

