



Medientagebuch – Was, Wie lange, Warum?

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Datum							
00:00 - 02:00							
02:00 - 04:00							
04:00 - 06:00							
06:00 - 08:00							
08:00 - 10:00							

10:00 - 12:00							
12:00 - 14:00							
14:00 - 16:00							
16:00 - 18:00							
18:00 - 20:00							
20:00 - 22:00							
22:00 - 00:00							