



إذا لم تبدأ الآن لن تبدأ أبداً

مفكرة عام الإنجاز الخاصة ب:.....

## أهلاً أهلاً

الالتزام هو حجر الأساس لكل نجاح في أي مجال ، هدف هذا المنظم أو المفكرة هي تذكيرك بأهدافك التي ان شاء الله بتوصل لها، لا معنى لكل شي مكتوب هنا بدون رغبة منك وعمل والتزام للوصول .

## الله يقويك

# 2024 تقويم عام CALENDAR

## JANUARY

S	M	T	W	T	F	S
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10

## FEBRUARY

S	M	T	W	T	F	S
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	1	2
3	4	5	6	7	8	9

## MARCH

S	M	T	W	T	F	S
25	26	27	28	29	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31	1	2	3	4	5	6

## APRIL

S	M	T	W	T	F	S
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11

## MAY

S	M	T	W	T	F	S
28	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8

## JUNE

S	M	T	W	T	F	S
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	1	2	3	4	5	6

## JULY

S	M	T	W	T	F	S
30	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10

## AUGUST

S	M	T	W	T	F	S
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31
1	2	3	4	5	6	7

## SEPTEMBER

S	M	T	W	T	F	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12

## OCTOBER

S	M	T	W	T	F	S
29	30	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9

## NOVEMBER

S	M	T	W	T	F	S
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
1	2	3	4	5	6	7

## DECEMBER

S	M	T	W	T	F	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11

# أهدافي لهذا العام YEAR GOALS

مع عائلتي

مع الله

مع صحي

مع فلوسي

مع علاقاتي

مع دراستي

مهارات ارغب بتعلمها

كتبي لهذا العام

أخرى.....

# مشاعر سنة 2024

	J	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												
13												
14												
15												
16												
17												
18												
19												
20												
21												
22												
23												
24												
25												
26												
27												
28												
29												
30												
31												

يوم رائع

يوم عادي

يوم مُرهق

يوم مُحبط

مريضاً

يوم فوق التقييم

يوم غريب

.....

.....

لون المربعات وفقاً لألوانك  
التي تعبر عن مشاعرك



# مخطط الأسبوع

مخطط الويكند

يوم الأحد

يوم الاثنين

يوم الثلاثاء

يوم الأربعاء

يوم الخميس

أهم 3 مهام

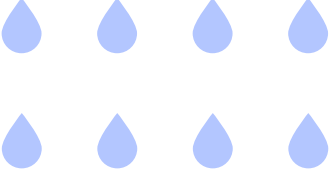
أسبوع مليان توفيق  
بإذن الله



# مهام يومي

اليوم:.....

شرب الماء؟



الساعة



| :



| :



| :



| :

خطواتي اليوم؟



| :



| :



| :



| :

وجباتي اليوم؟



| :



| :



| :



| :

صرفيات اليوم

سعادات اليوم



# 2024 يناير January

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
31	01	02	03	04	05	06
07	08	09	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	01	02	03
04	05	06	07	08	09	10

ملاحظات مهمة

# 2024 فبراير February

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
28	29	30	31	01	02	03
04	05	06	07	08	09	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	01	02
03	04	05	06	07	08	09

ملاحظات مهمة

# 2024 مارس March

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
25	26	27	28	29	01	02
03	04	05	06	07	08	09
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31	01	02	03	04	05	06

ملاحظات مهمة

# 2024 أبريل April

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
31	01	02	03	04	05	06
07	08	09	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	01	02	03	04
05	06	07	08	09	10	11

ملاحظات مهمة

# 2024 مايو MAY

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
28	29	30	01	02	03	04
05	06	07	08	09	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	01
02	03	04	05	06	07	08

ملاحظات مهمة

# 2024 يونيو June

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
26	29	28	29	30	31	01
02	03	04	05	06	07	08
09	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	01	02	03	04	05	06

ملاحظات مهمة

# 2024 يوليو July

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
30	01	02	03	04	05	06
07	08	09	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	01	02	03
04	05	06	07	08	09	10

ملاحظات مهمة



# 2024 أغسطس August

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
28	29	30	31	01	02	03
04	05	06	07	08	09	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31
01	02	03	04	05	06	07

ملاحظات مهمة

# 2024 سبتمبر September

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
01	02	03	04	05	06	07
08	09	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	01	02	03	04	05
06	07	08	09	10	11	12

ملاحظات مهمة

# 2024 أكتوبر October

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
29	30	01	02	03	04	05
06	07	08	09	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	01	02
03	04	05	06	07	08	09

ملاحظات مهمة

# 2024 نوفمبر November

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
27	28	29	30	31	01	02
03	04	05	06	07	08	09
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
01	02	03	04	05	06	07

ملاحظات مهمة

# ديسمبر 2024 December

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
01	02	03	04	05	06	07
08	09	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	01	02	03	04
05	06	07	08	09	10	11

ملاحظات مهمة