

چک لیست برنامه ریزی روزانه علم ما

تاریخ:

- شنبه
- ۱ شنبه
- ۲ شنبه
- ۳ شنبه
- ۴ شنبه
- ۵ شنبه
- جمعه

رسالت و اهداف من:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

لیست کل برنامه های این هفته (ماه):

.....

.....

.....

.....

.....

.....

لیست خریدهای امروز:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

لیست تماس‌های امروز:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

لیست کارهای امروز:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

لیست کارهای فردا:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

کارهای مهم و غیر فوری:

- ورزش
- یادگیری
- سپاسگزاری
- آب نوشیدن
- ارزیابی برنامه
- مطالعه در علم ما
-

روتین‌های روزانه من:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

