



مفكرتي

كتابة الأهداف

بناء أعلى مجالات عجلة الحياة المتوازنة

الأهداف	المجال
	الديني
	الصحي
	العلاقات الاجتماعية
	المهني
	المالي
	الشخصي
	الترفيهي
	العناية بالجسد

مجالات عجلة الحياة المتوازنة

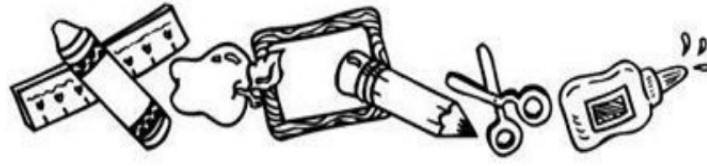
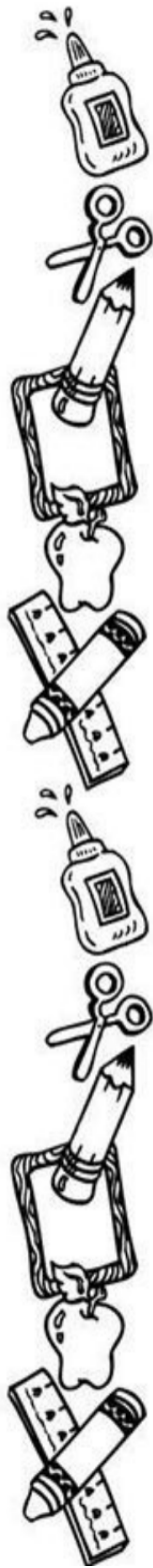


أهداف السنة



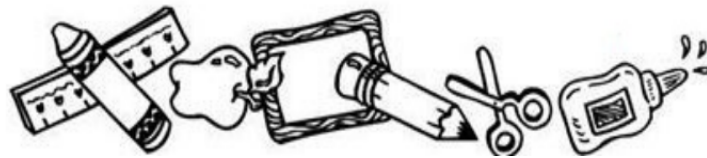
A series of horizontal dotted lines for writing, arranged in a grid. There are 10 rows of lines, each row containing 10 dotted lines. To the right of each row is a small diamond-shaped decorative symbol.





تقسيم الأهداف على الأشهر

يناير (١)	فبراير (٢)	مارس (٣)
أبريل (٤)	مايو (٥)	يونيو (٦)
يوليو (٧)	أغسطس (٨)	سبتمبر (٩)
أكتوبر (١٠)	نوفمبر (١١)	ديسمبر (١٢)



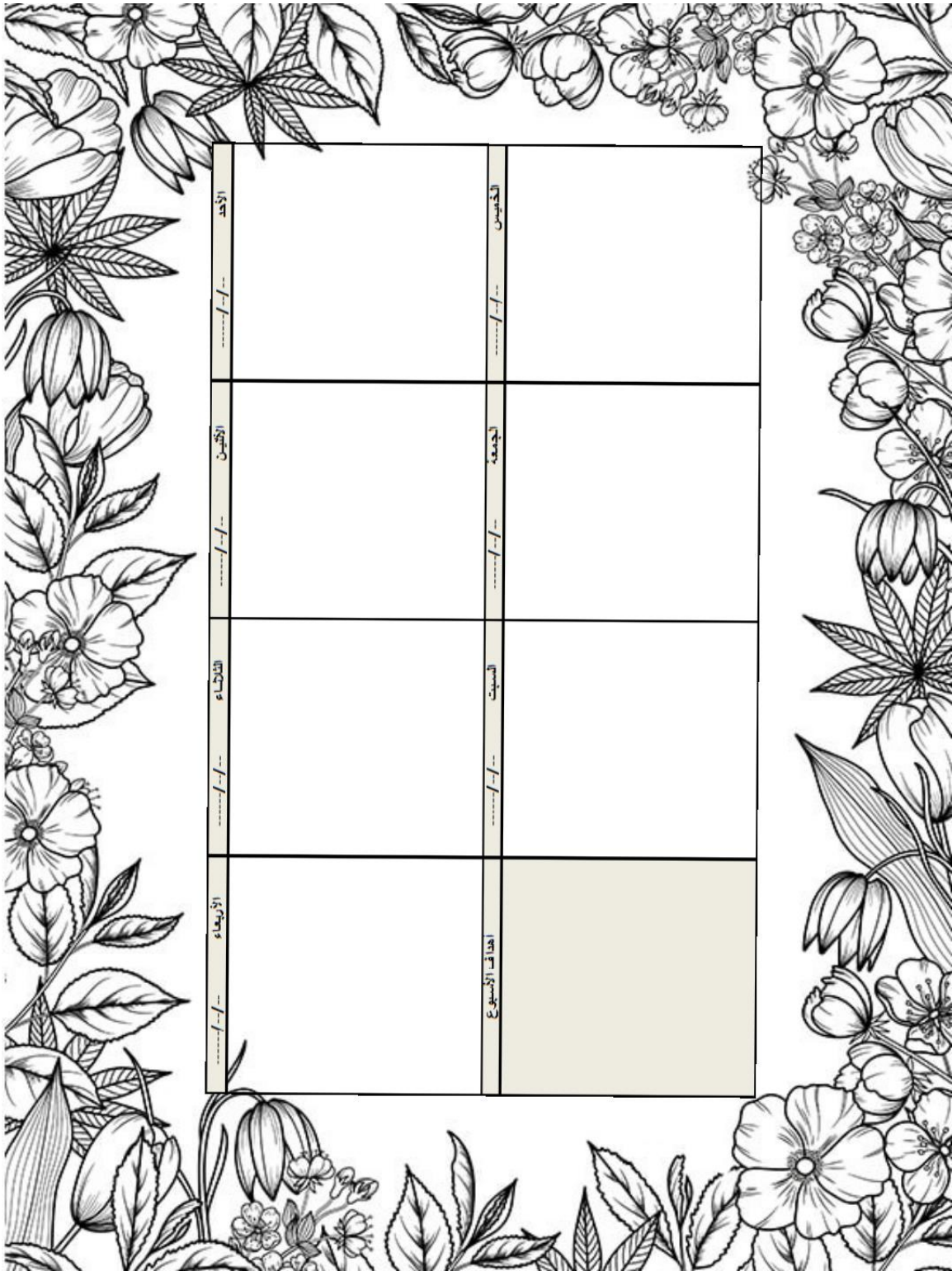
وقفه للإدخار والتوفير

الشهر	المبلغ للمدخر
يناير (١)	
فبراير (٢)	
مارس (٣)	
أبريل (٤)	
مايو (٥)	
يونيو (٦)	
يوليو (٧)	
أغسطس (٨)	
سبتمبر (٩)	
أكتوبر (١٠)	
نوفمبر (١١)	
ديسمبر (١٢)	
المجموع	

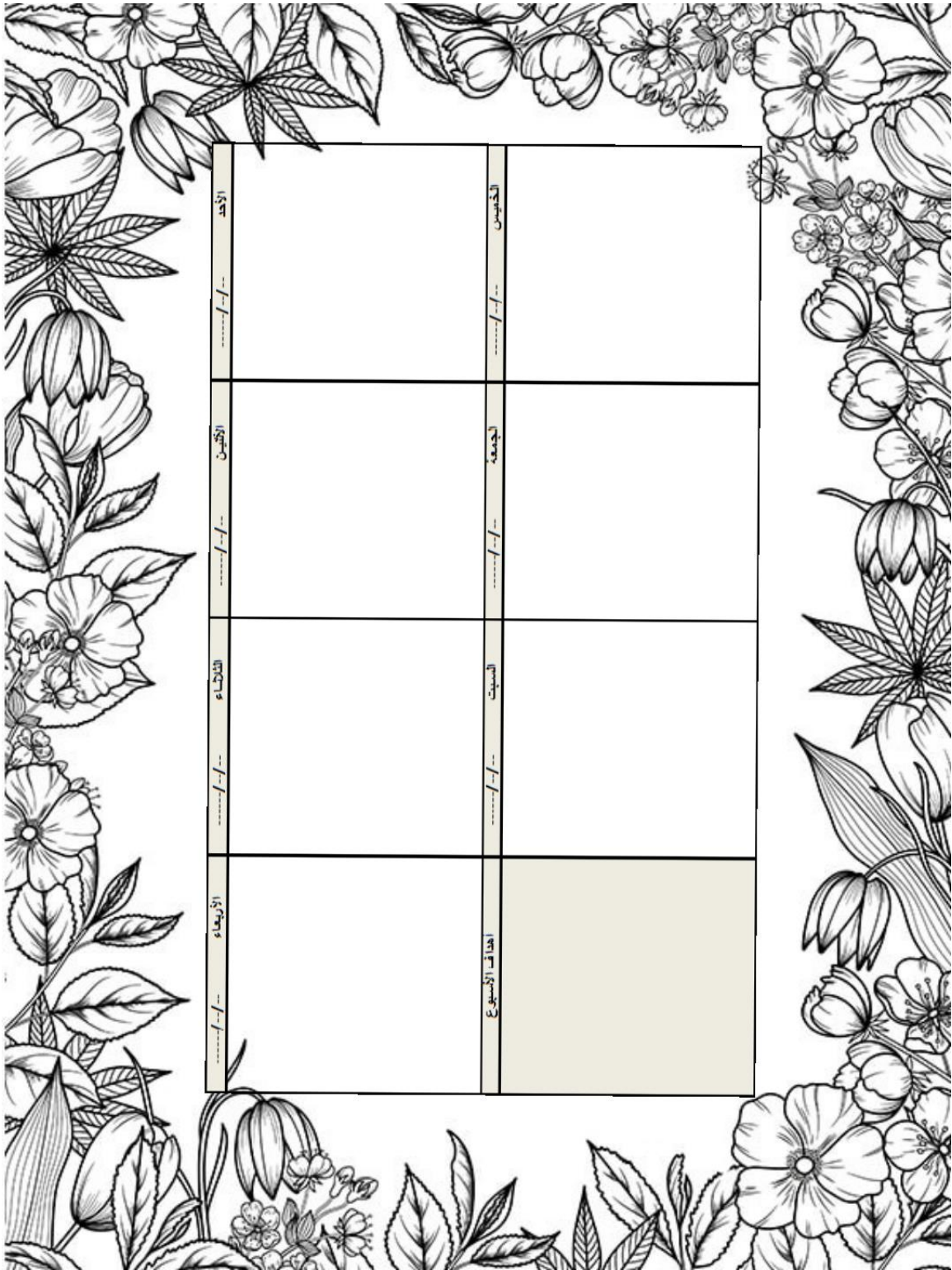
تتبع المزاج

	يناير	فبراير	مارس	أبريل	مايو	يونيو	يوليو	أغسطس	سبتمبر	أكتوبر	نوفمبر	ديسمبر
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												

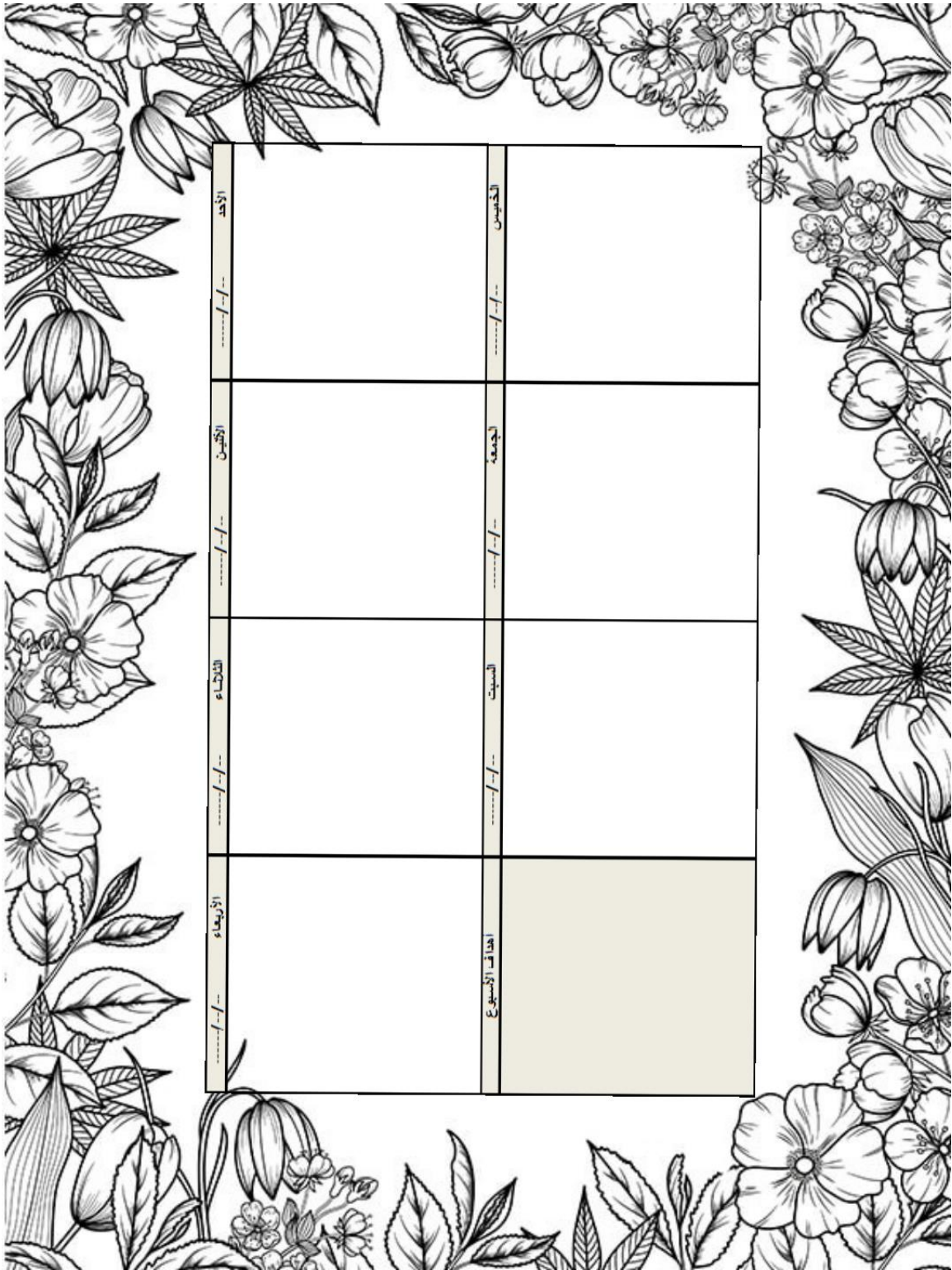












تتبع العادات





مكة





مكة

تتبع العادات





مكة





مكة

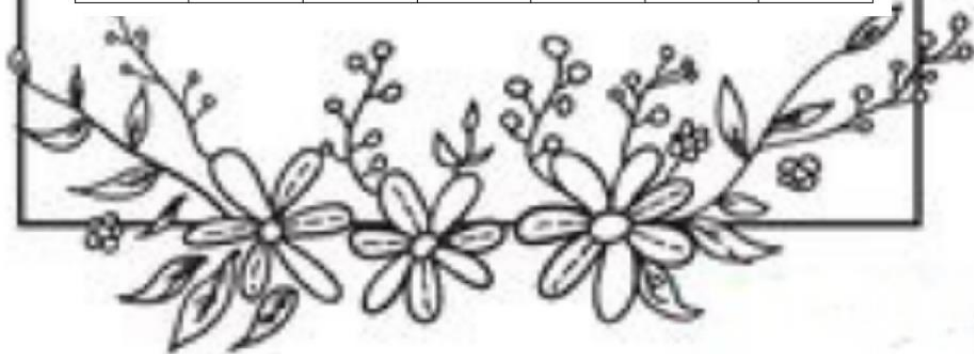
تقييم الشهر

ما لم يتم إنجازه ولماذا؟	ما تم إنجازه

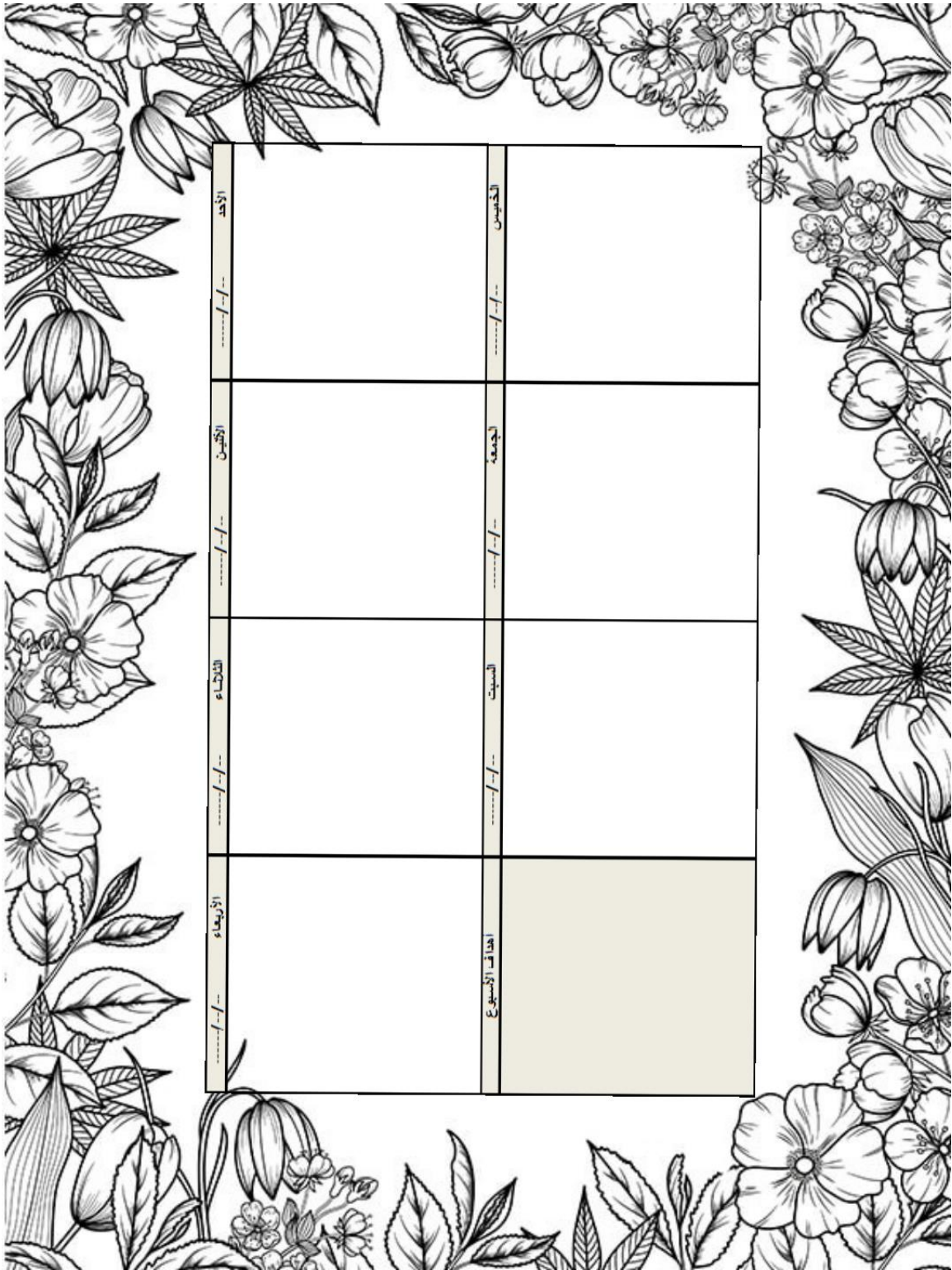


فبراير (٢)

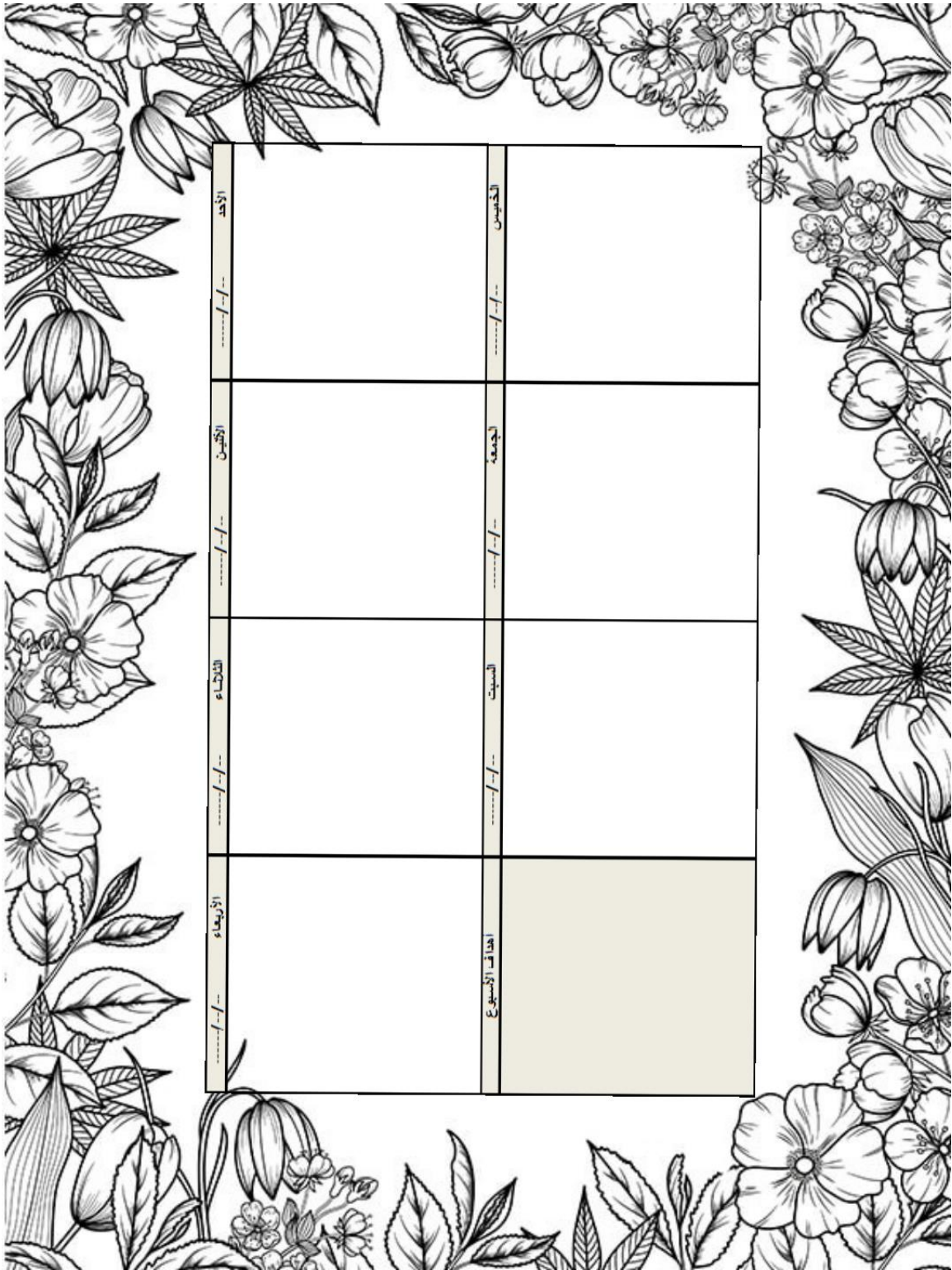
السبت	الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الاثنين	الأحد
.....
.....
.....
.....
.....













تتبع العادات





مكة





مكة

تتبع العادات





مكة





مكة

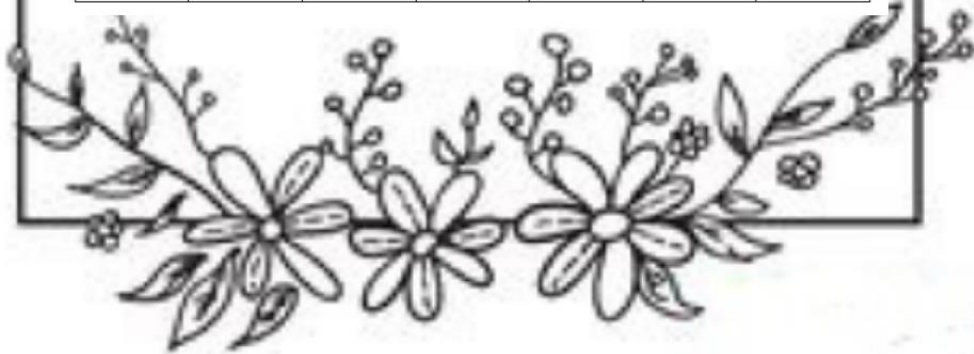
تقييم الشهر

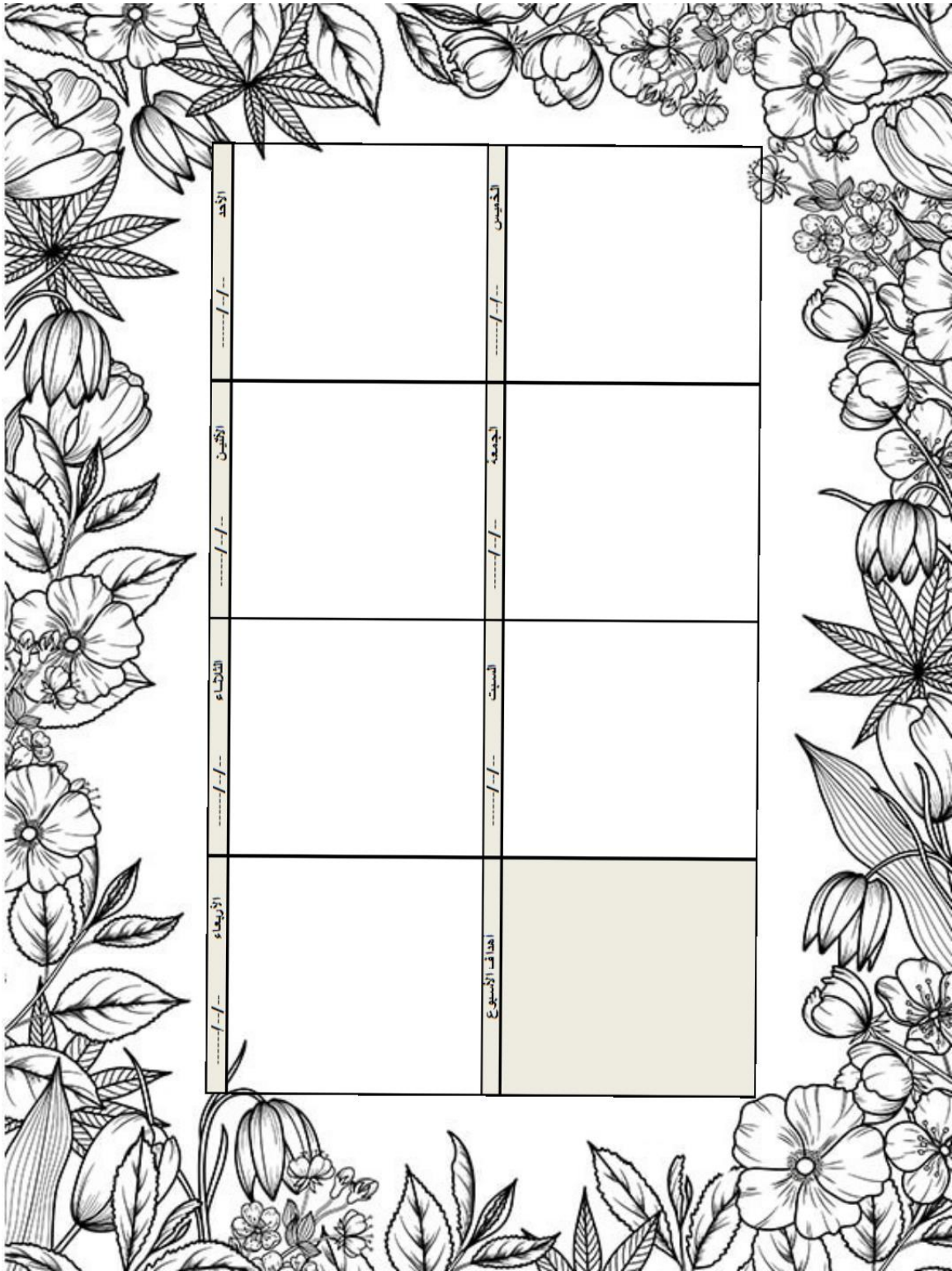
ما لم يتم إنجازه ولماذا؟	ما تم إنجازه

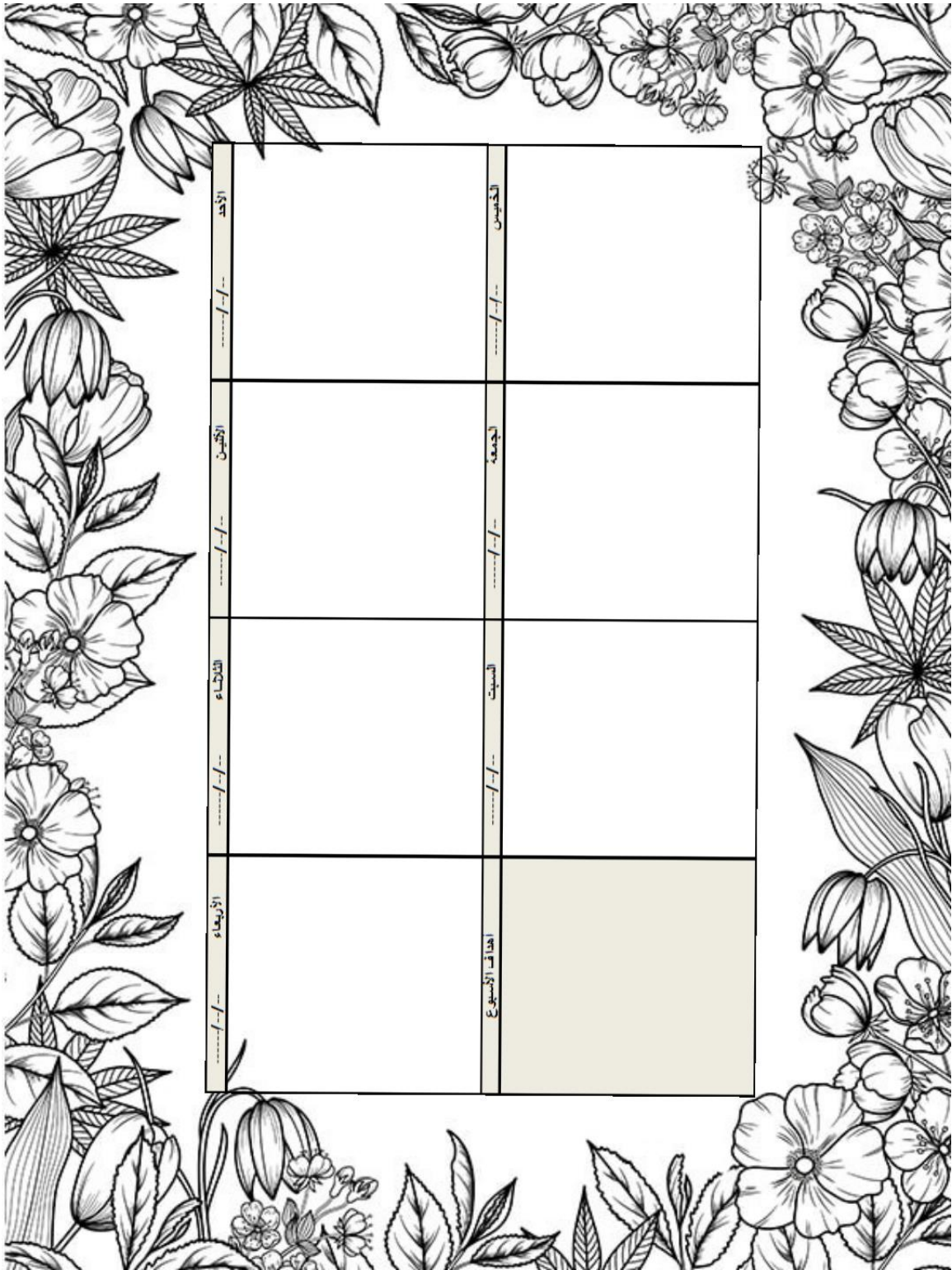


مارس (٣)

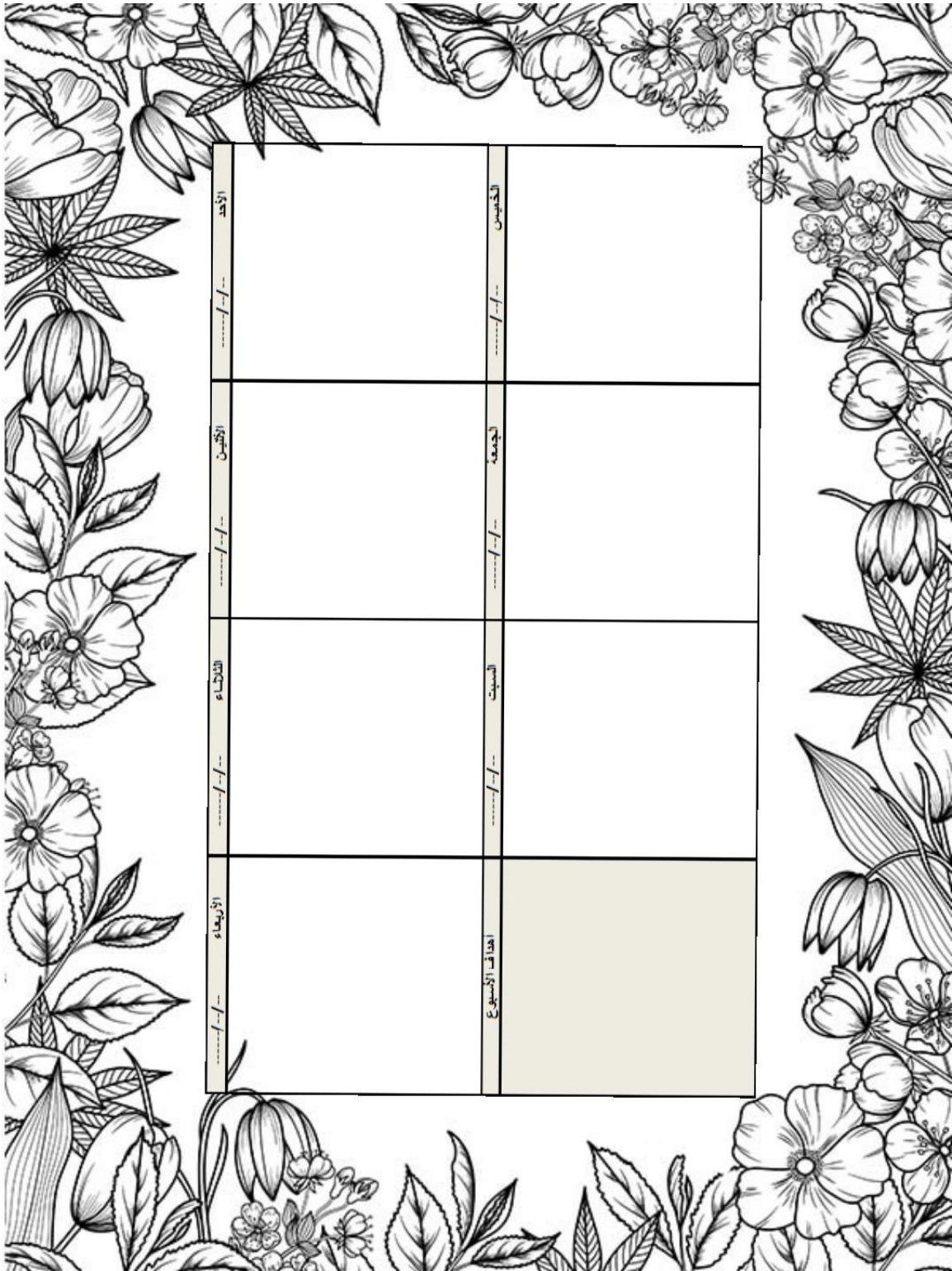
السبت	الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الاثنين	الأحد
.....
.....
.....
.....
.....













تتبع العادات





مكة





مكة

تتبع العادات





مكة





مكة

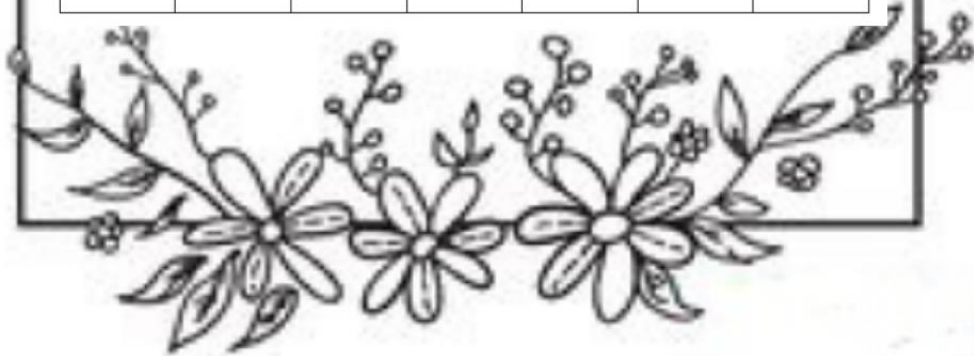
تقييم الشهر

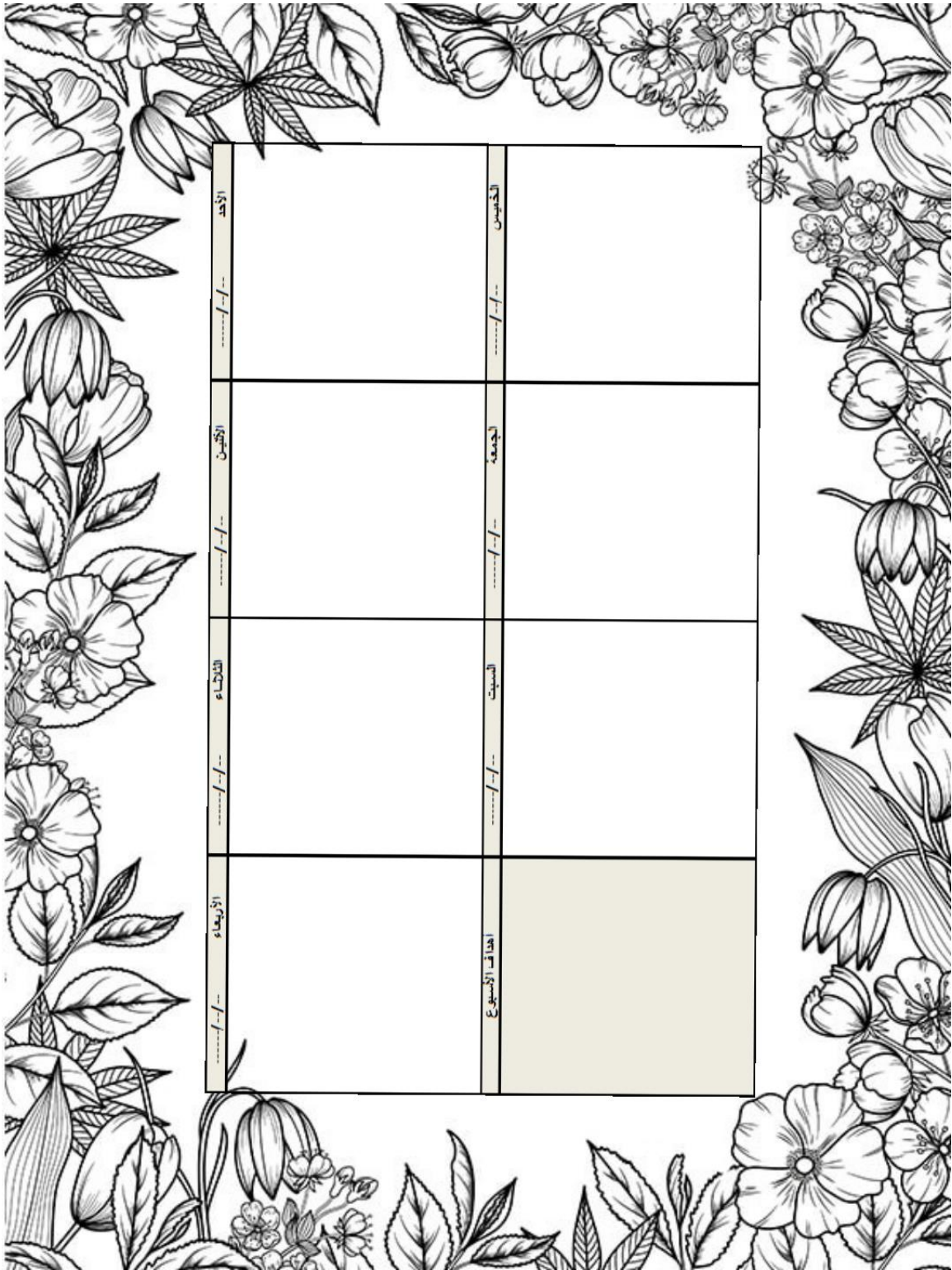
ما لم يتم إنجازه ولماذا؟	ما تم إنجازه

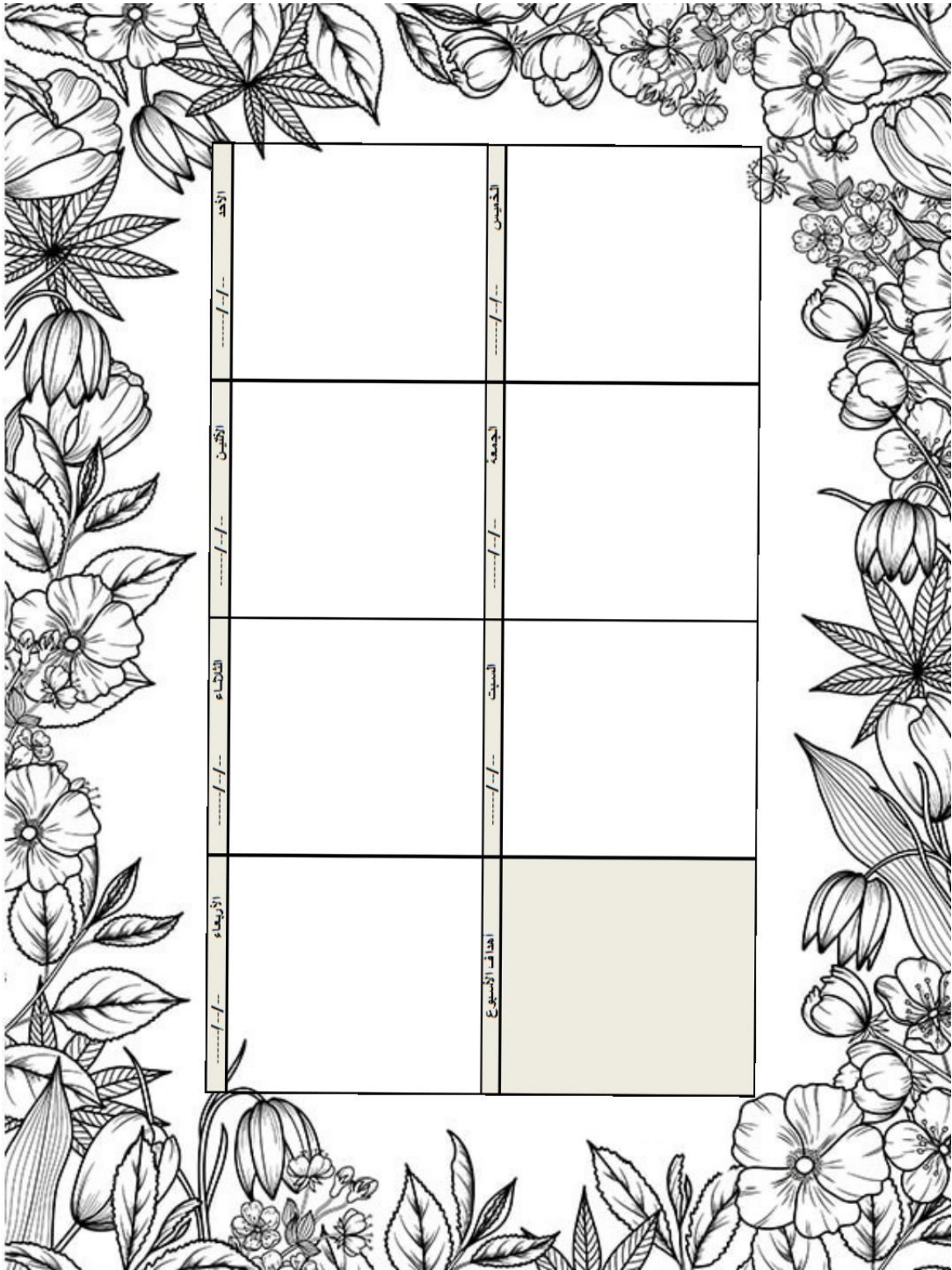


إبريل (٤)

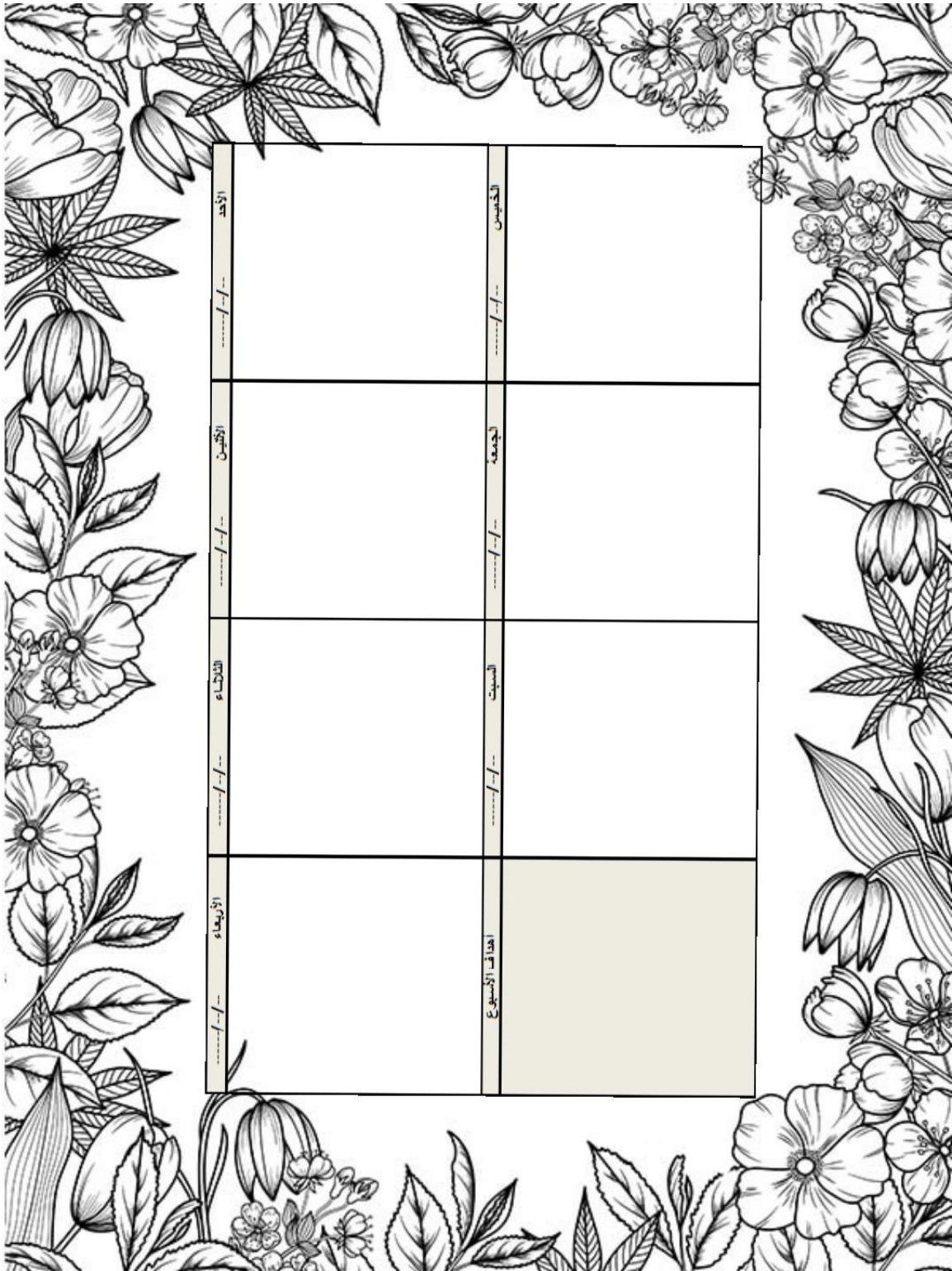
السبت	الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الاثنين	الأحد
.....
.....
.....
.....
.....













تتبع العادات





مكة





مكة

تتبع العادات





مكة



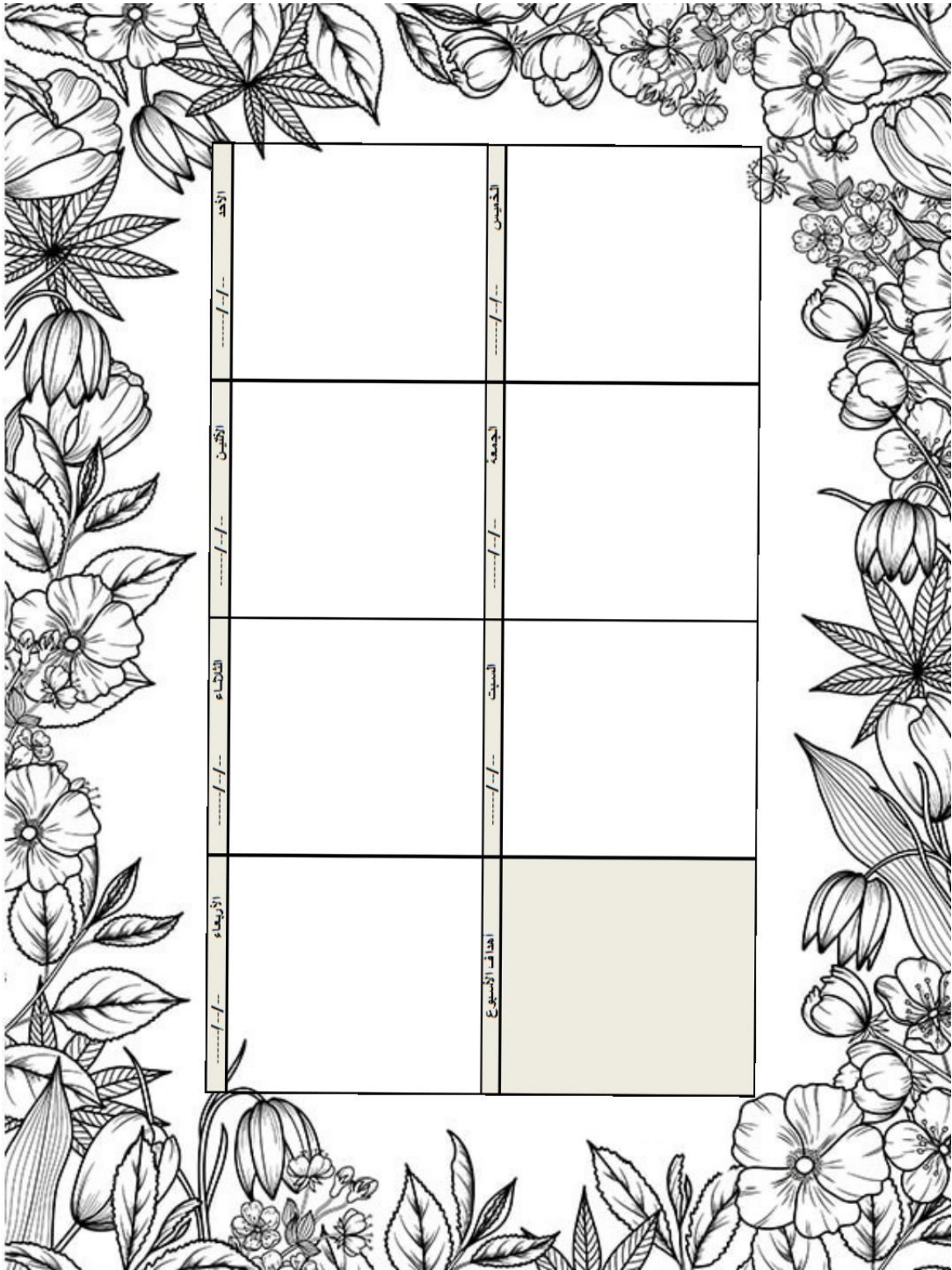


مكة

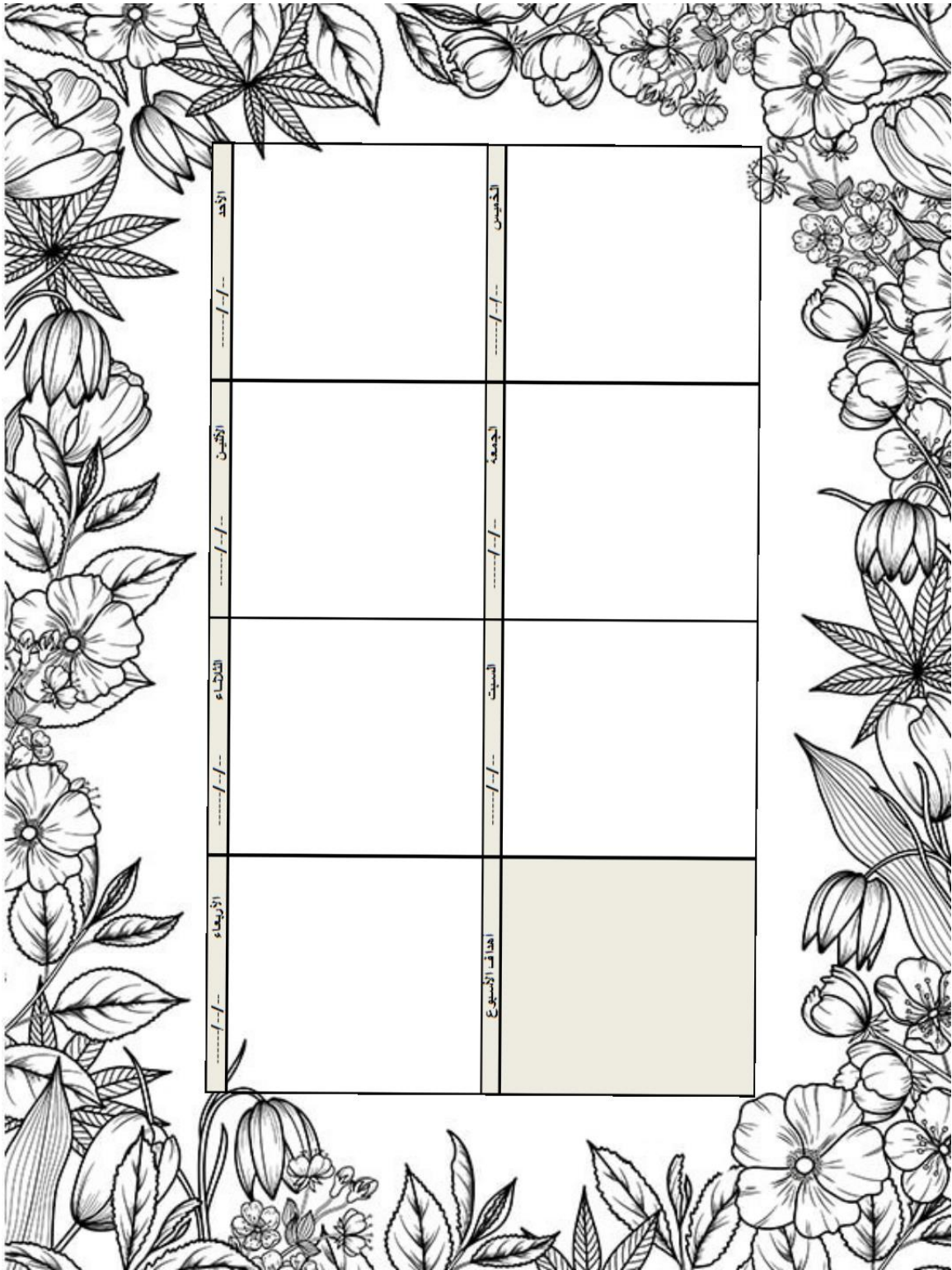
تقييم الشهر

ما لم يتم إنجازه ولماذا؟	ما تم إنجازه

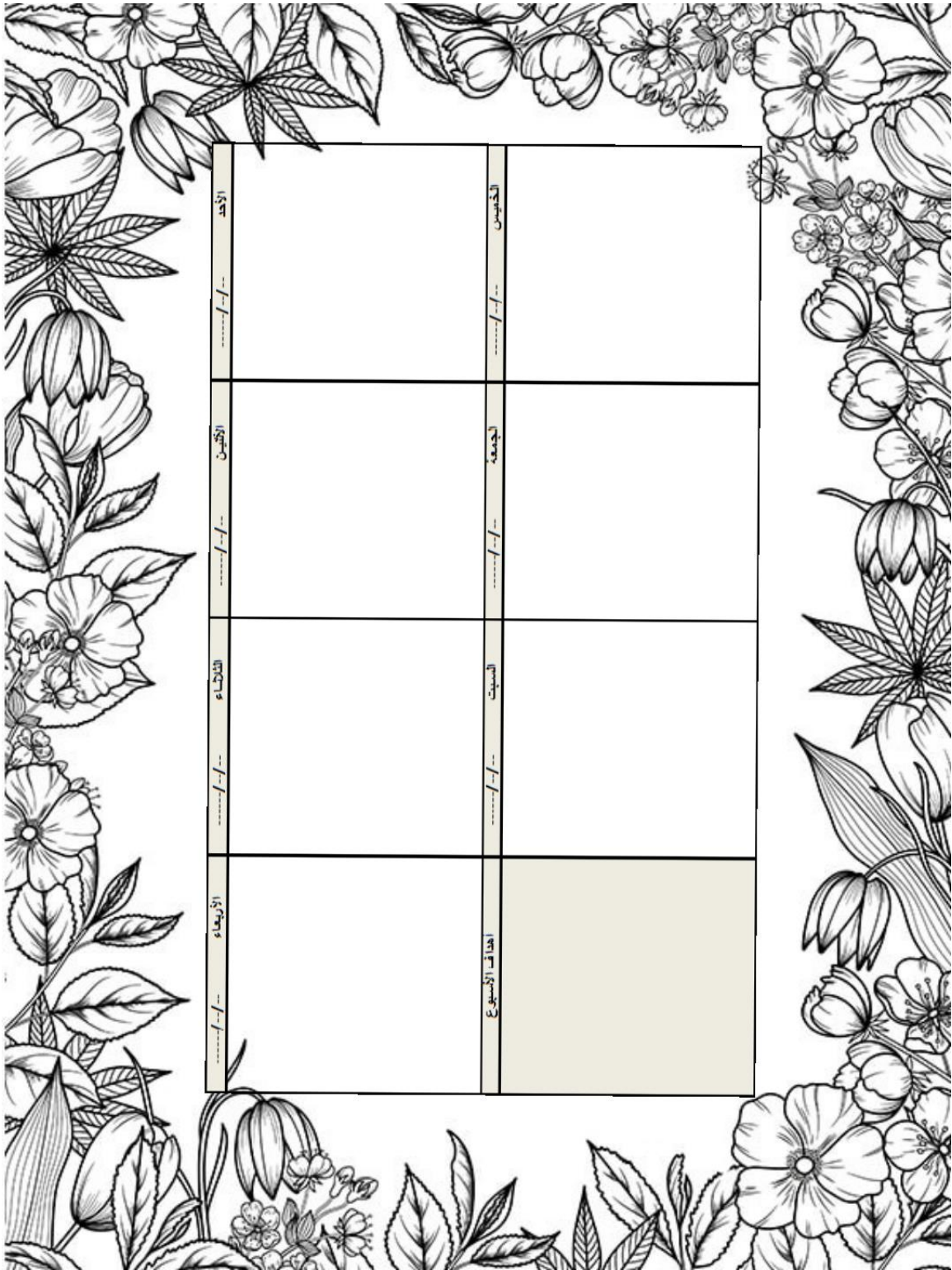




الأحد/...../.....		القدس/...../.....	
الاثنين/...../.....		الجمعة/...../.....	
الثلاثاء/...../.....		السبت/...../.....	
الأربعاء/...../.....		اهداف الأسبوع	









تتبع العادات





مكة





مكة

تتبع العادات





مكة



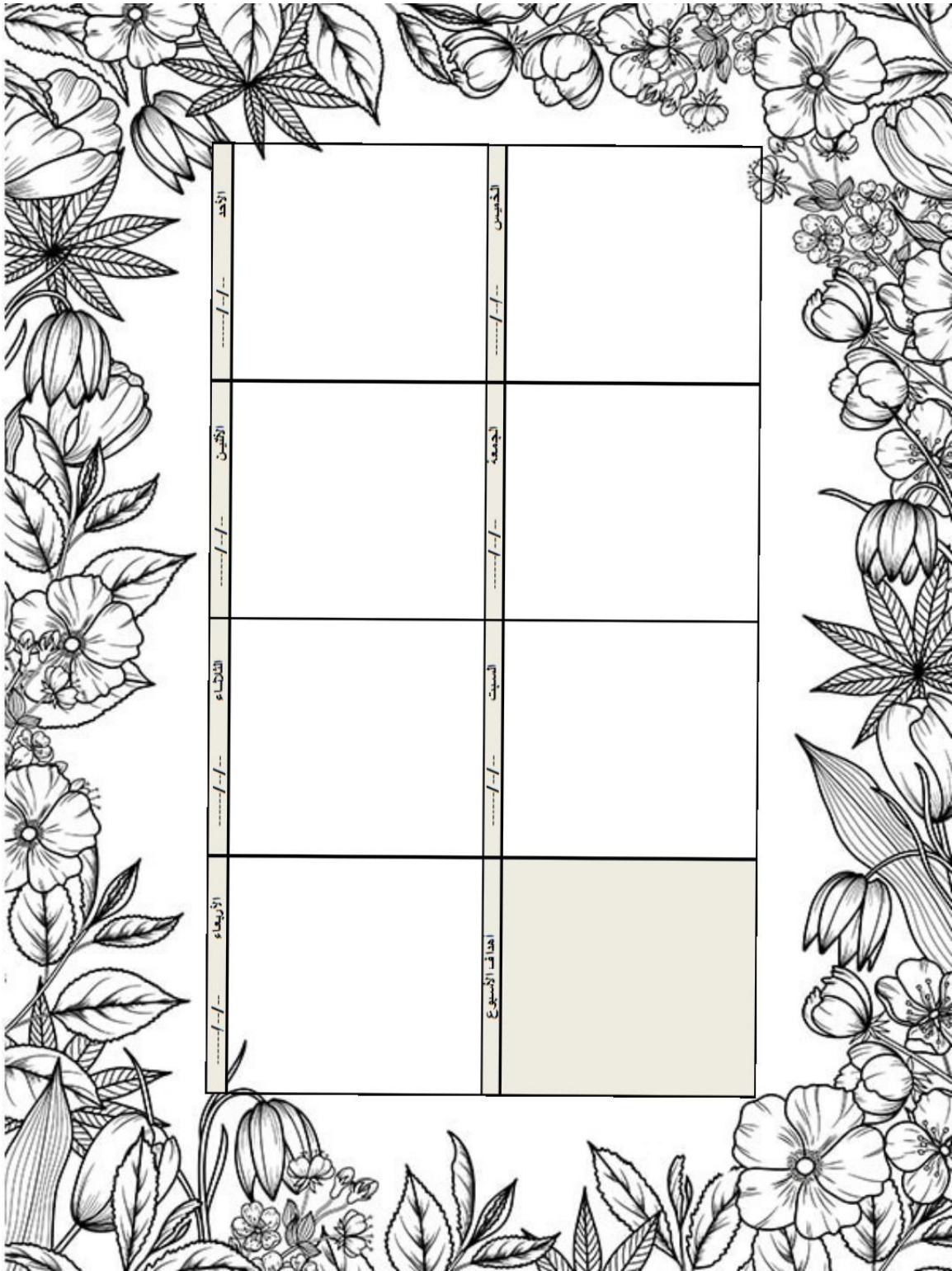


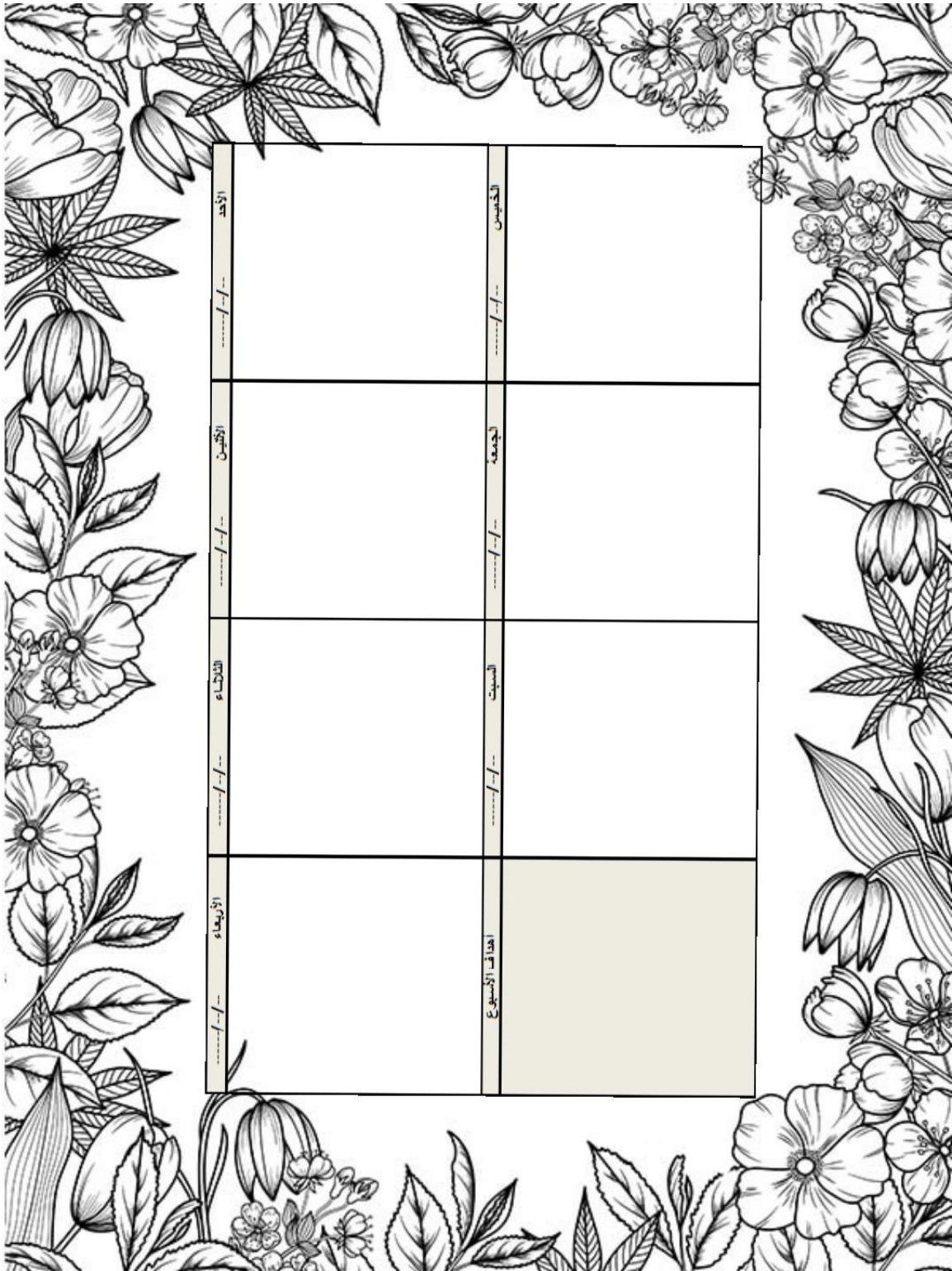
مكة

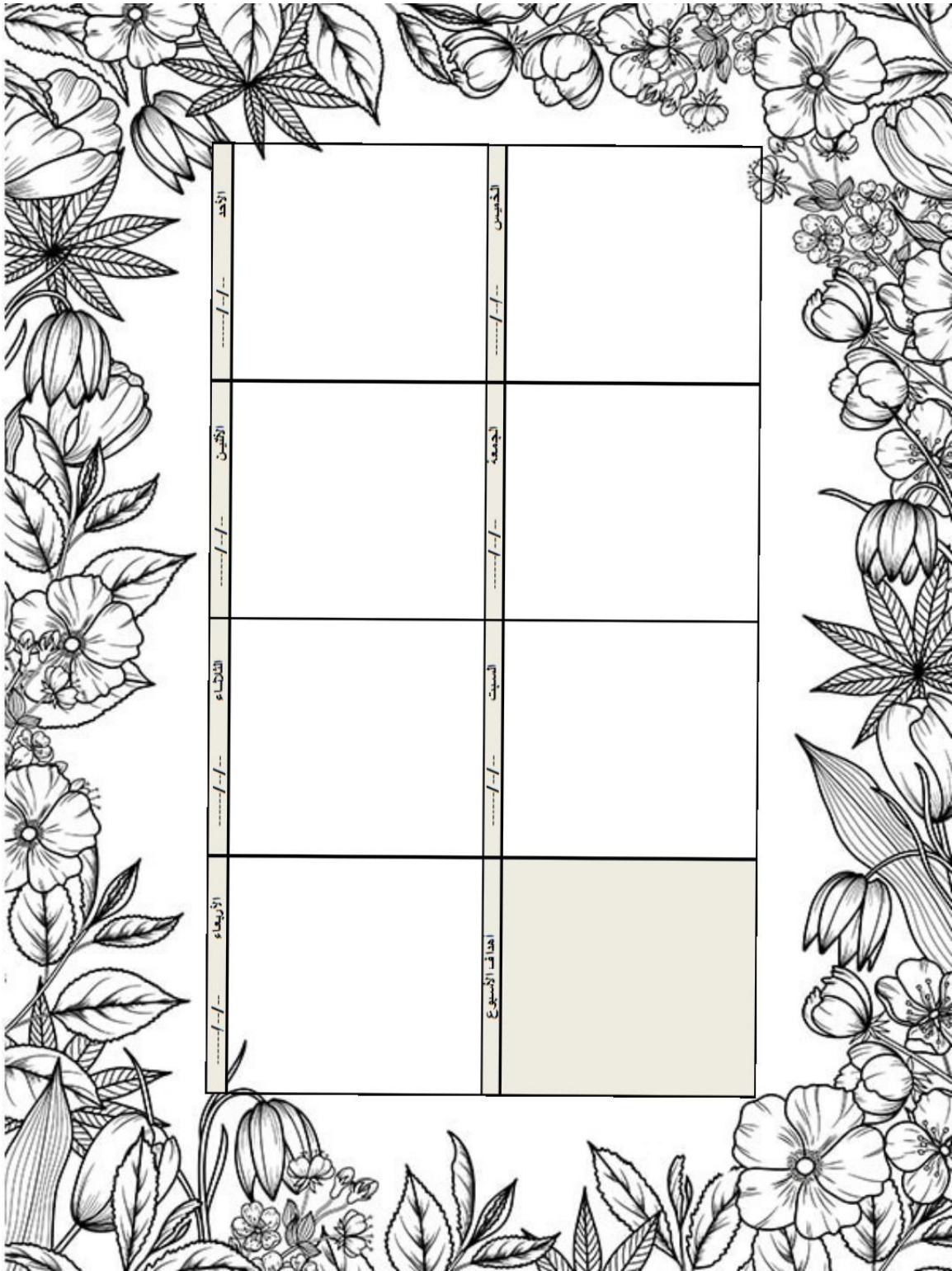
تقييم الشهر

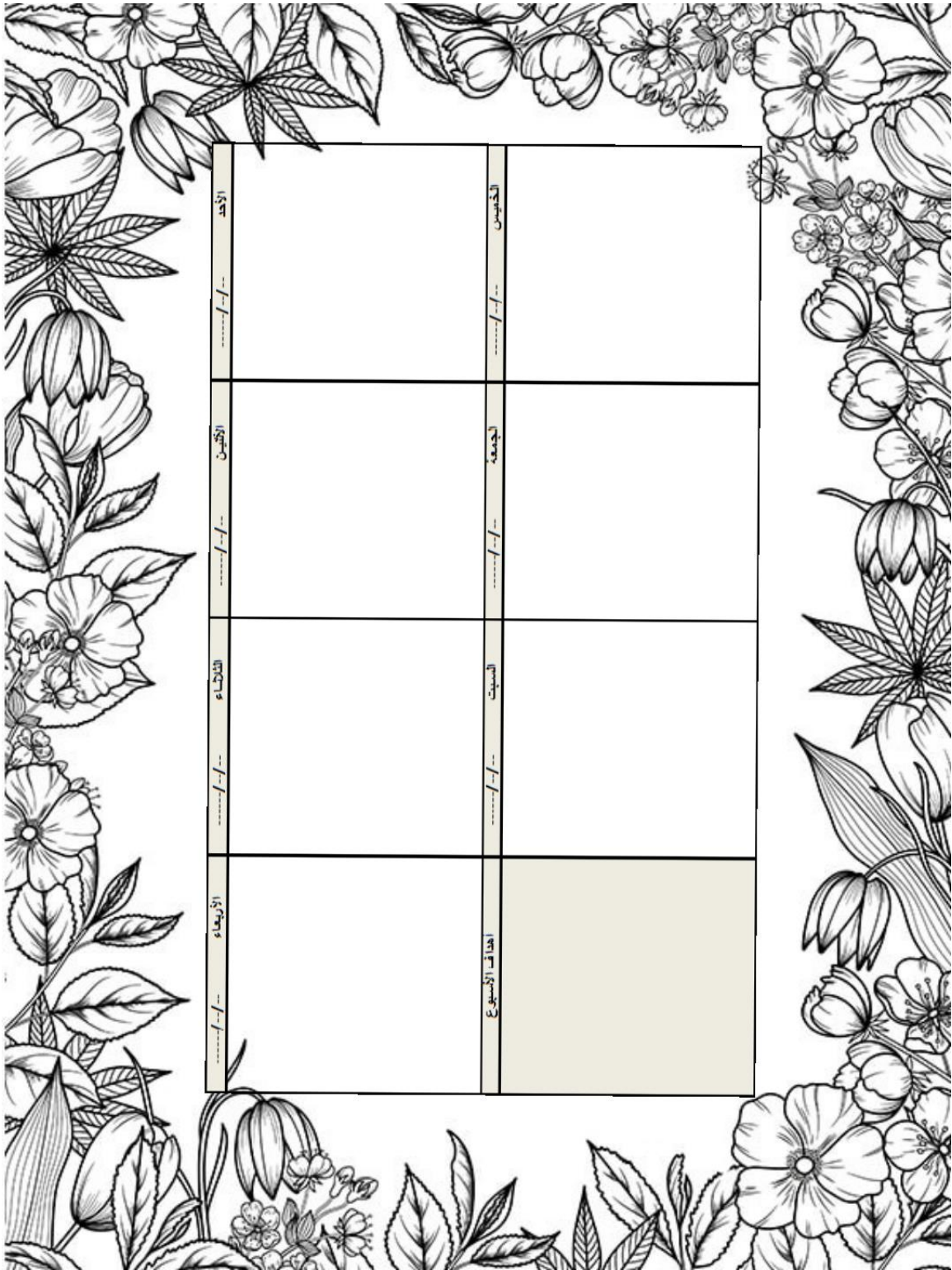
ما لم يتم إنجازه ولماذا؟	ما تم إنجازه













تتبع العادات





مكة





مكة

تتبع العادات





مكة



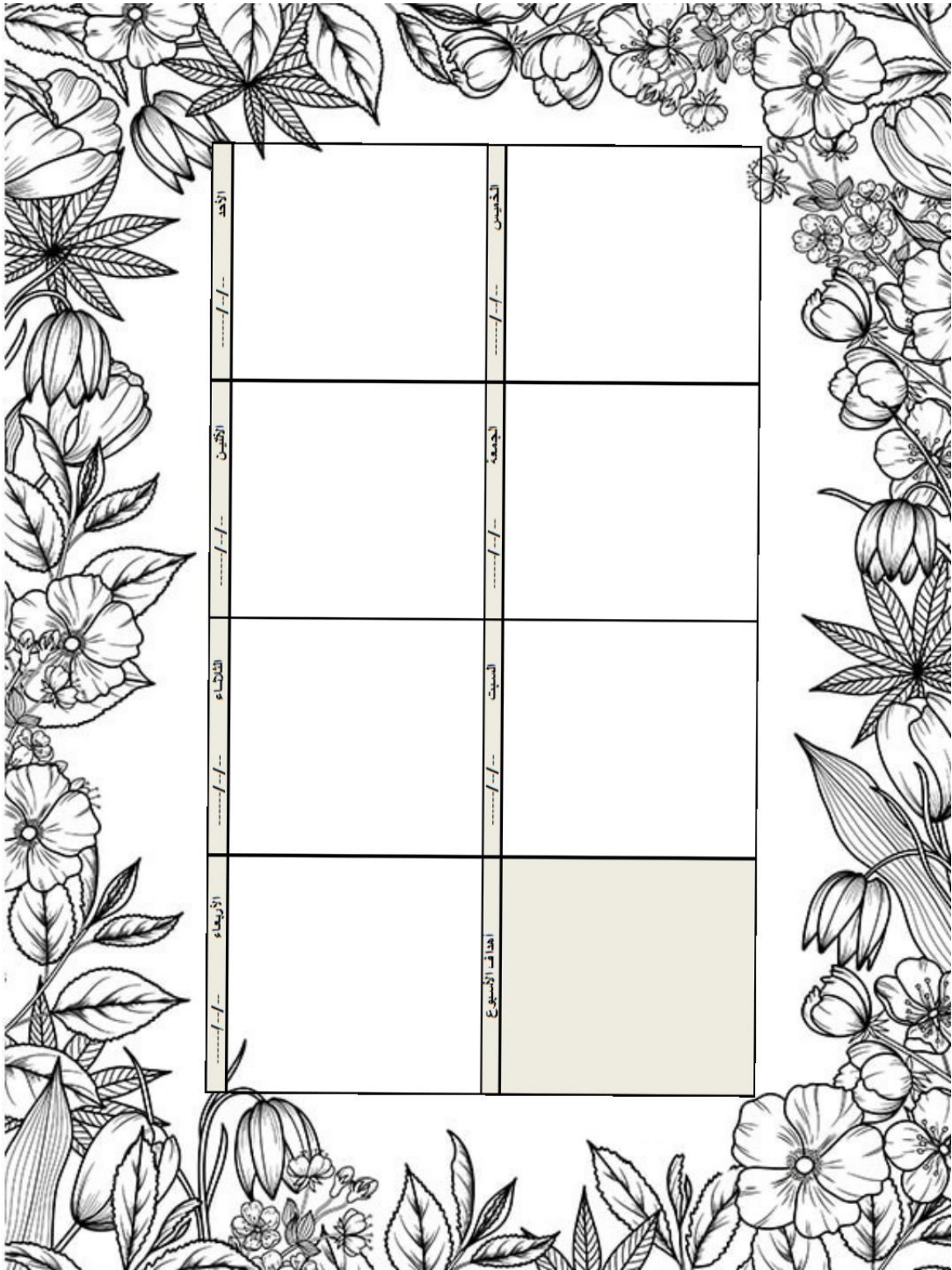


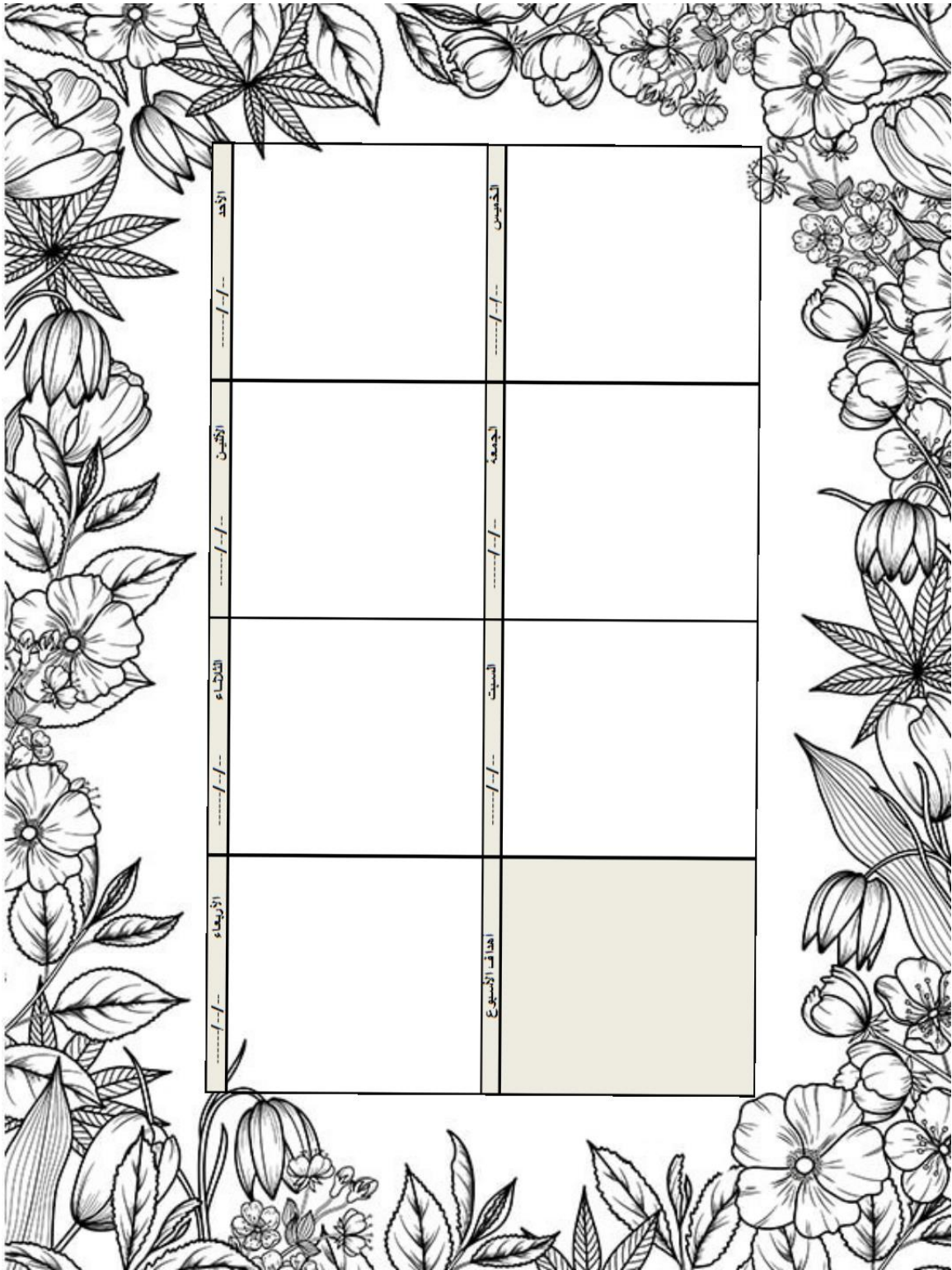
مكة

تقييم الشهر

ما لم يتم إنجازه ولماذا؟	ما تم إنجازه

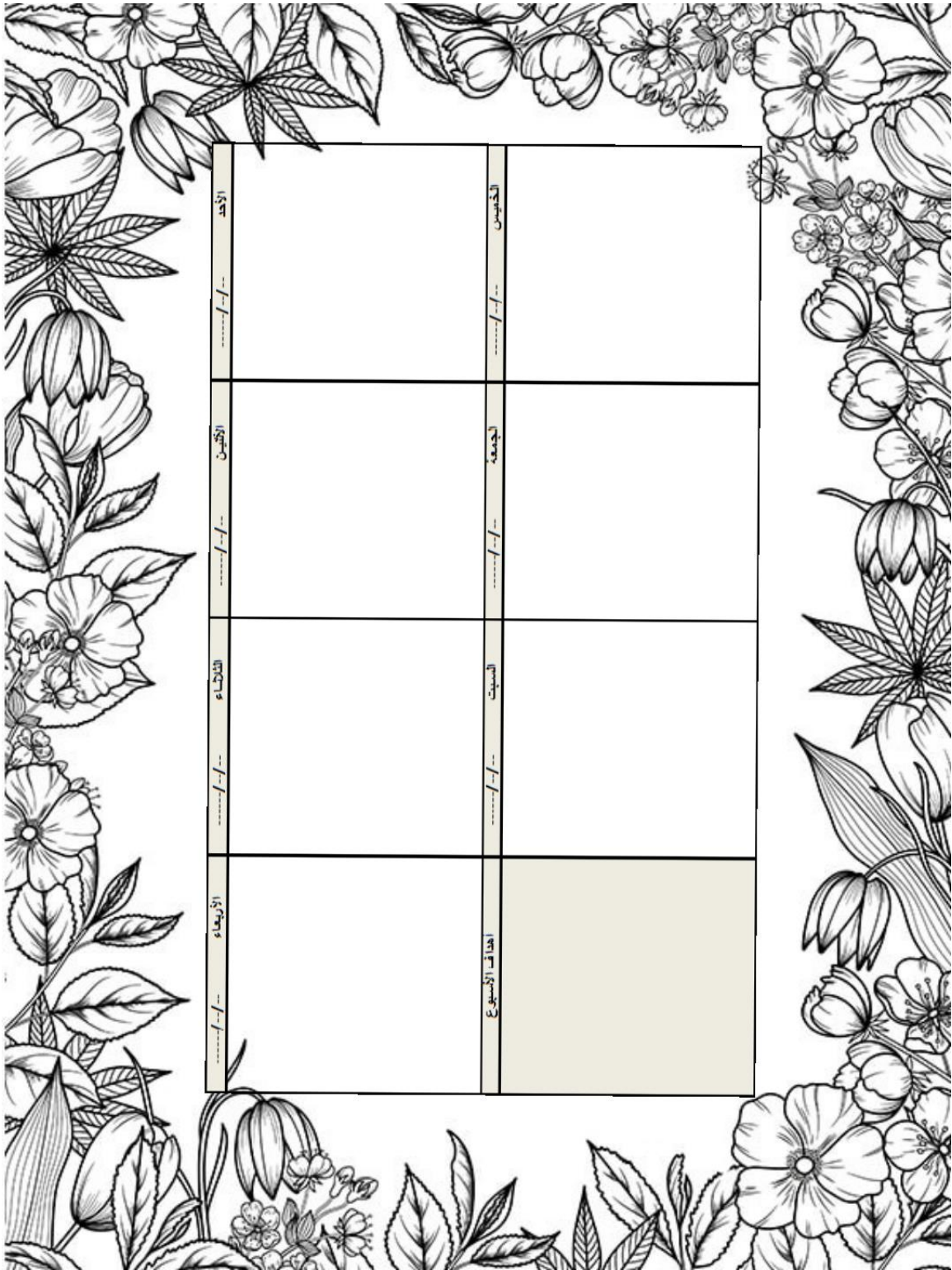








الأحد/...../.....		القدس/...../.....	
الاثنين/...../.....		الجمعة/...../.....	
الثلاثاء/...../.....		السبت/...../.....	
الأربعاء/...../.....		اهداف الأسبوع	





تتبع العادات





مكة





مكة

تتبع العادات





مكة





مكة

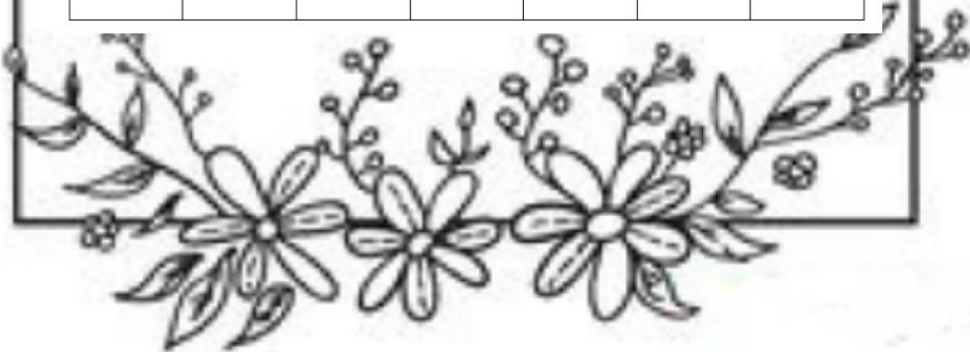
تقييم الشهر

ما لم يتم إنجازه ولماذا؟	ما تم إنجازه

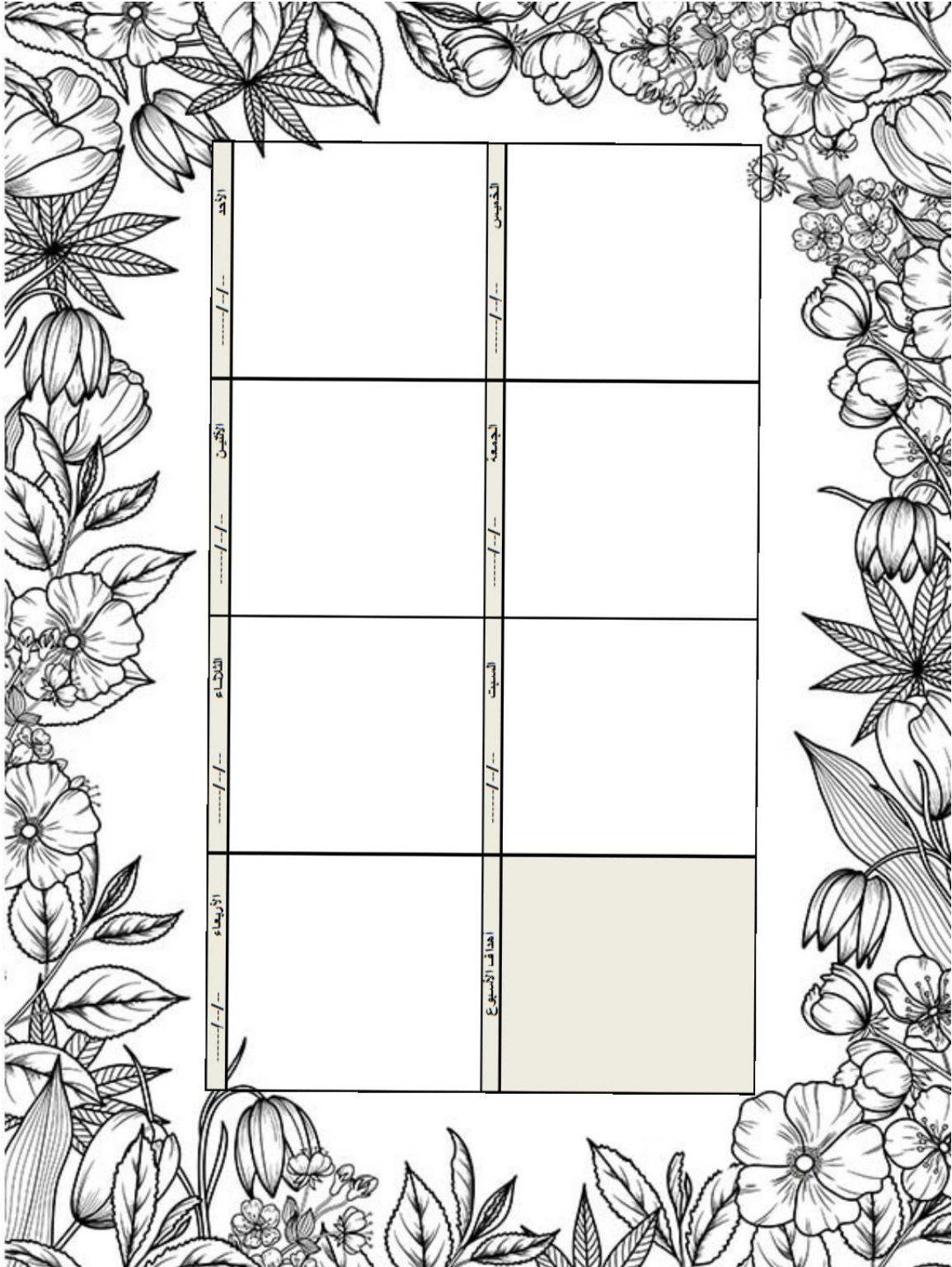


أغسطس (٨)

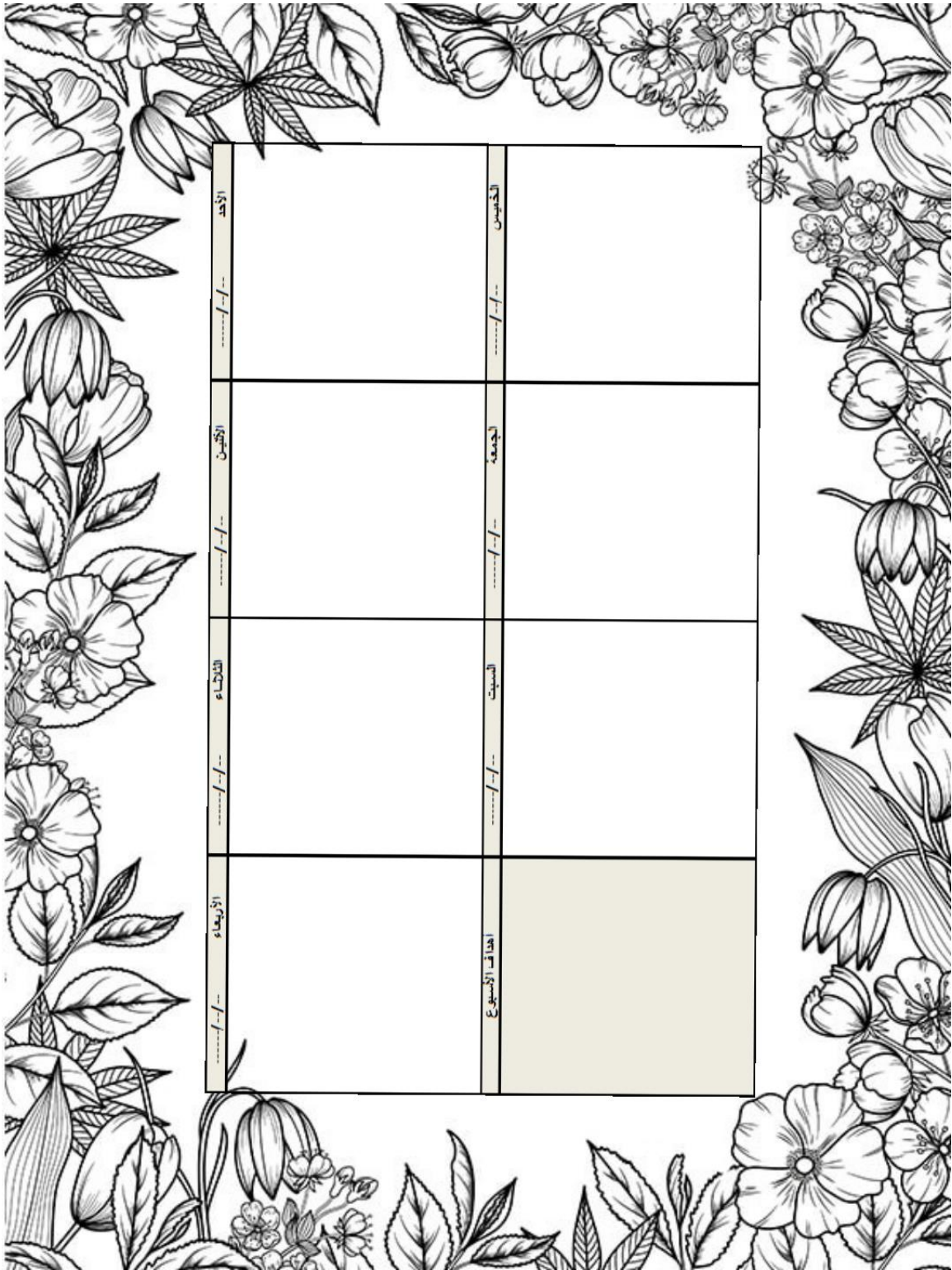
الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت
.....
.....
.....
.....
.....

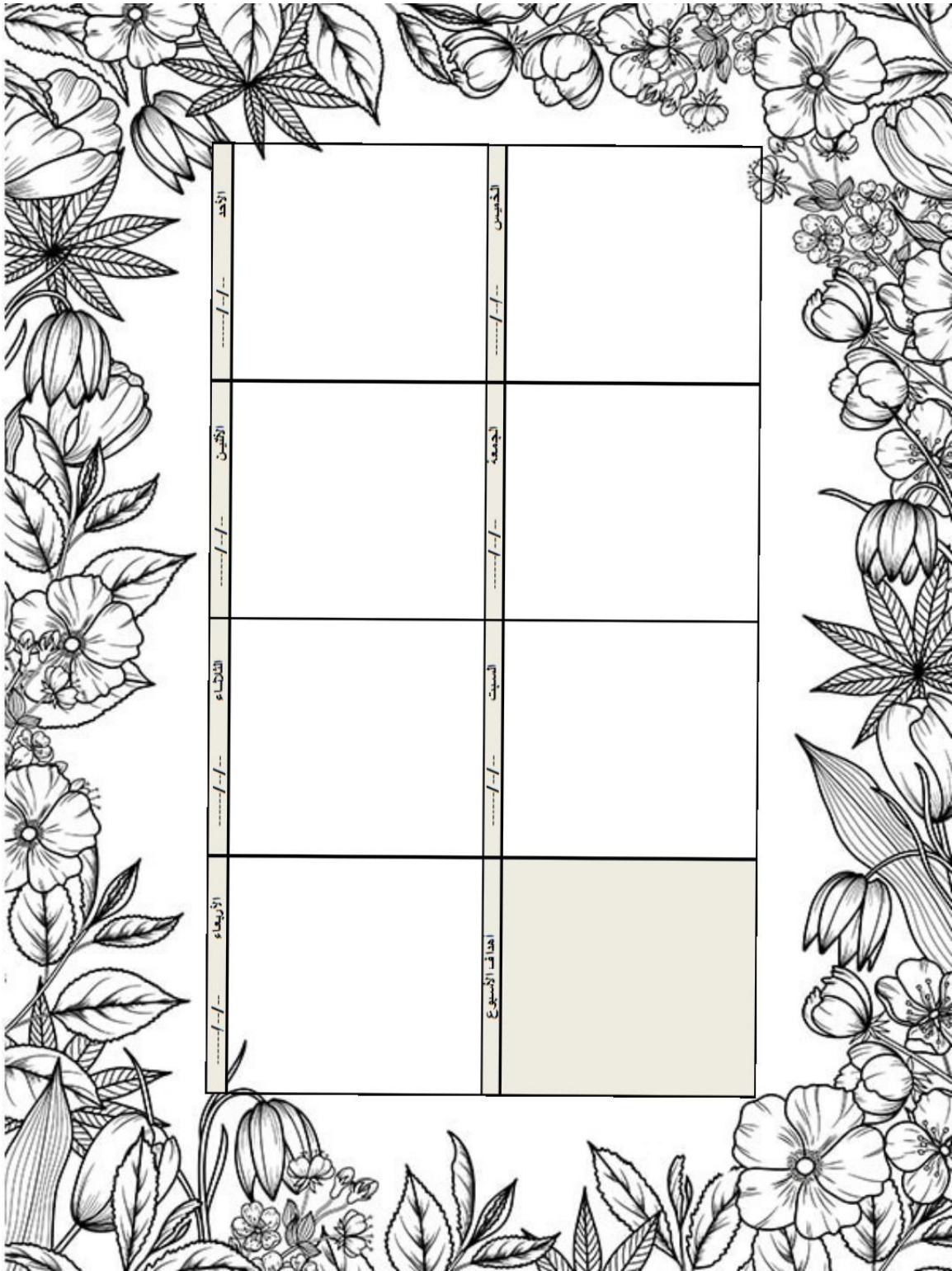












تتبع العادات





مكة





مكة

تتبع العادات





مكة



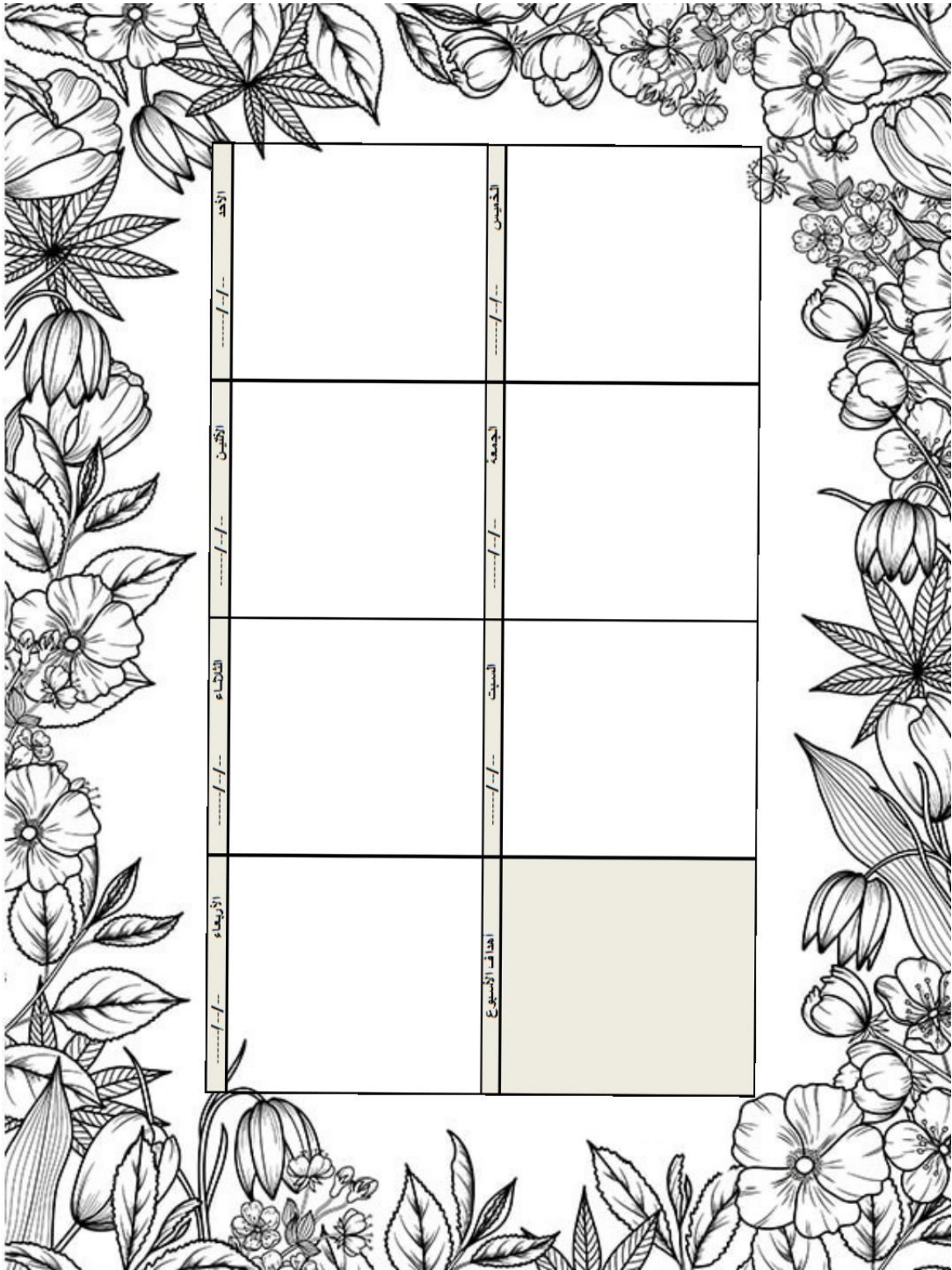


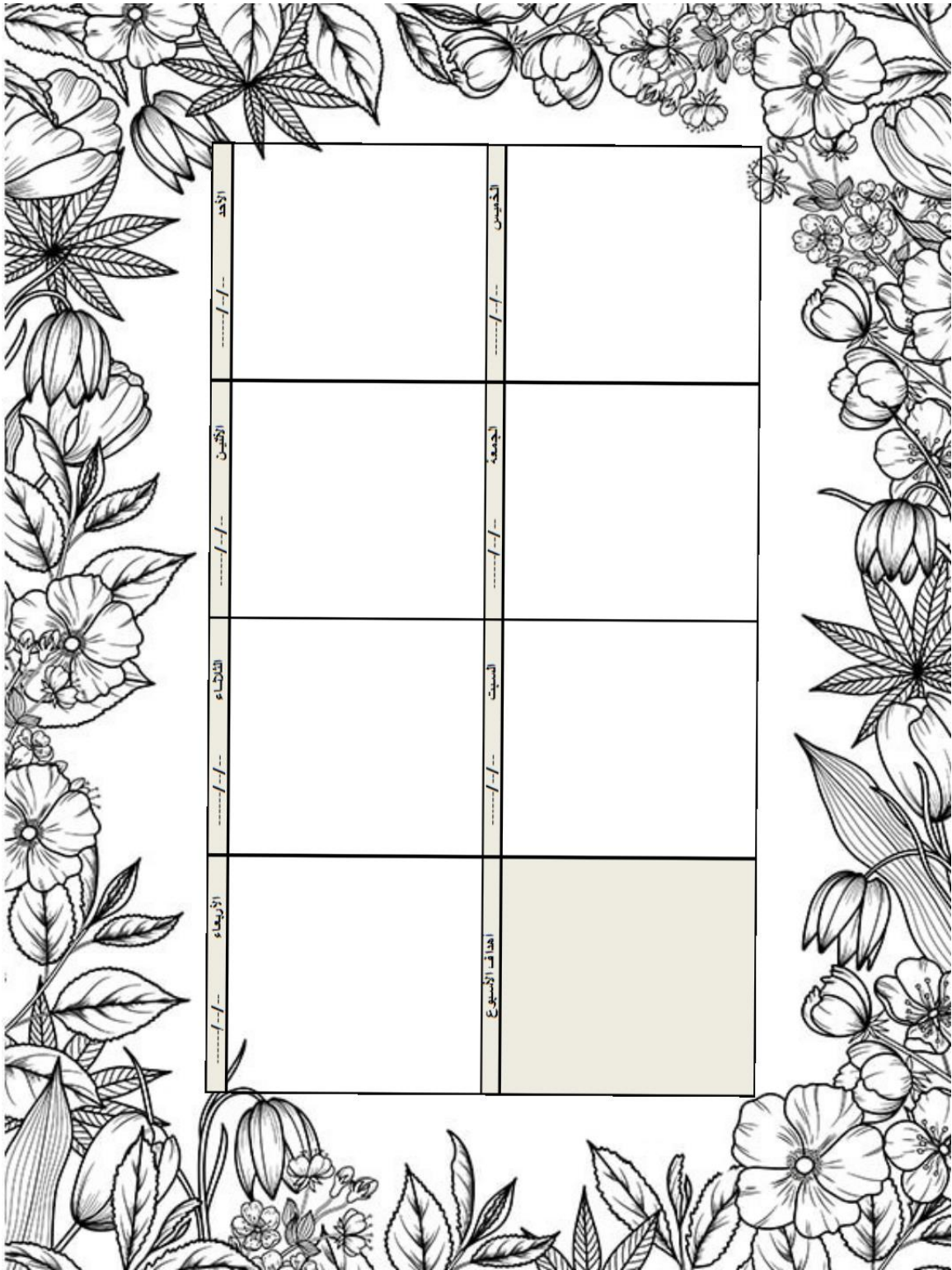
مكة

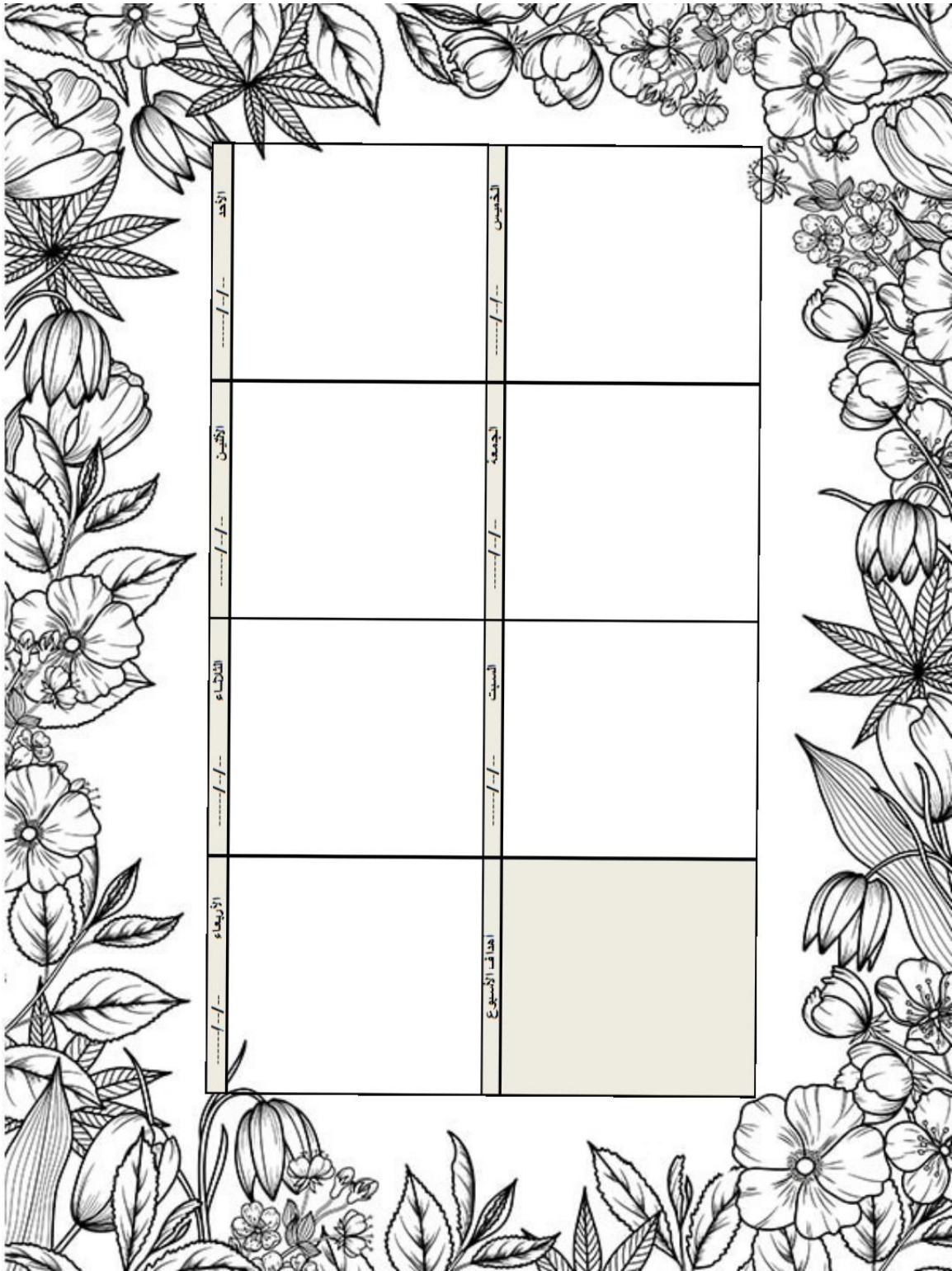
تقييم الشهر

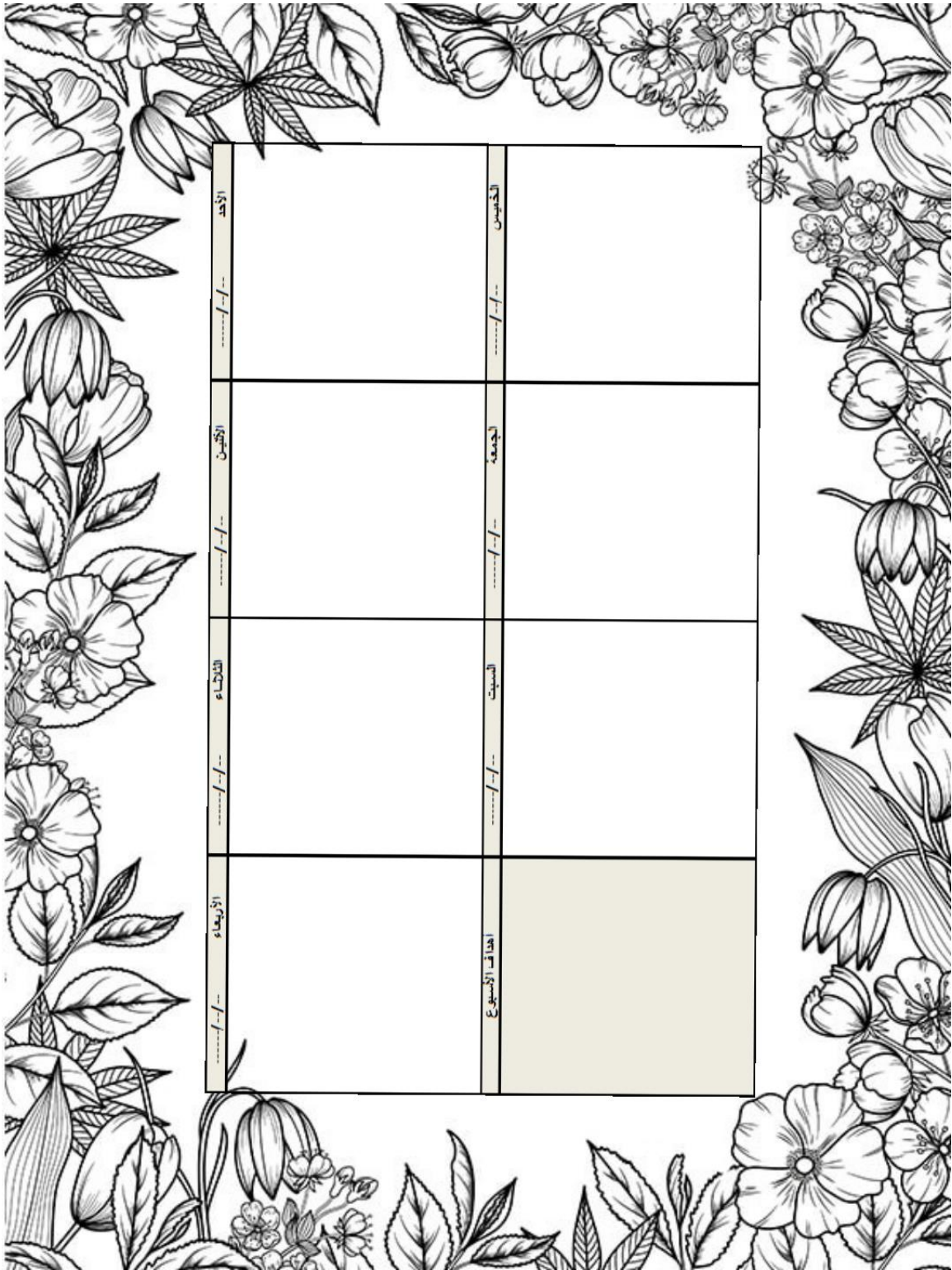
ما لم يتم إنجازه ولماذا؟	ما تم إنجازه













تتبع العادات





مكة





مكة

تتبع العادات







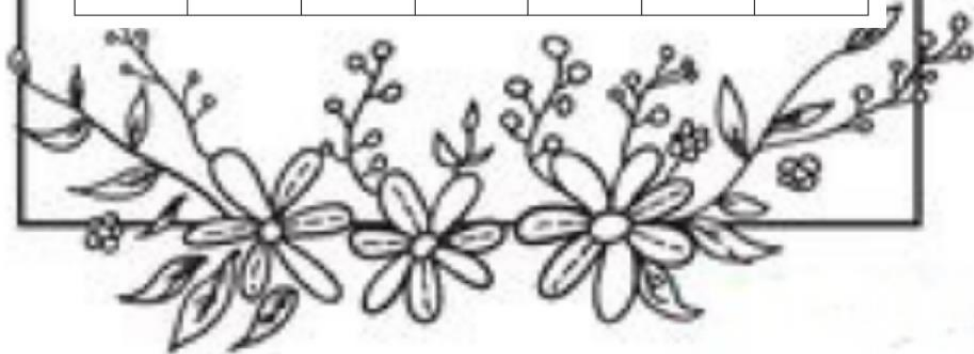
تقييم الشهر

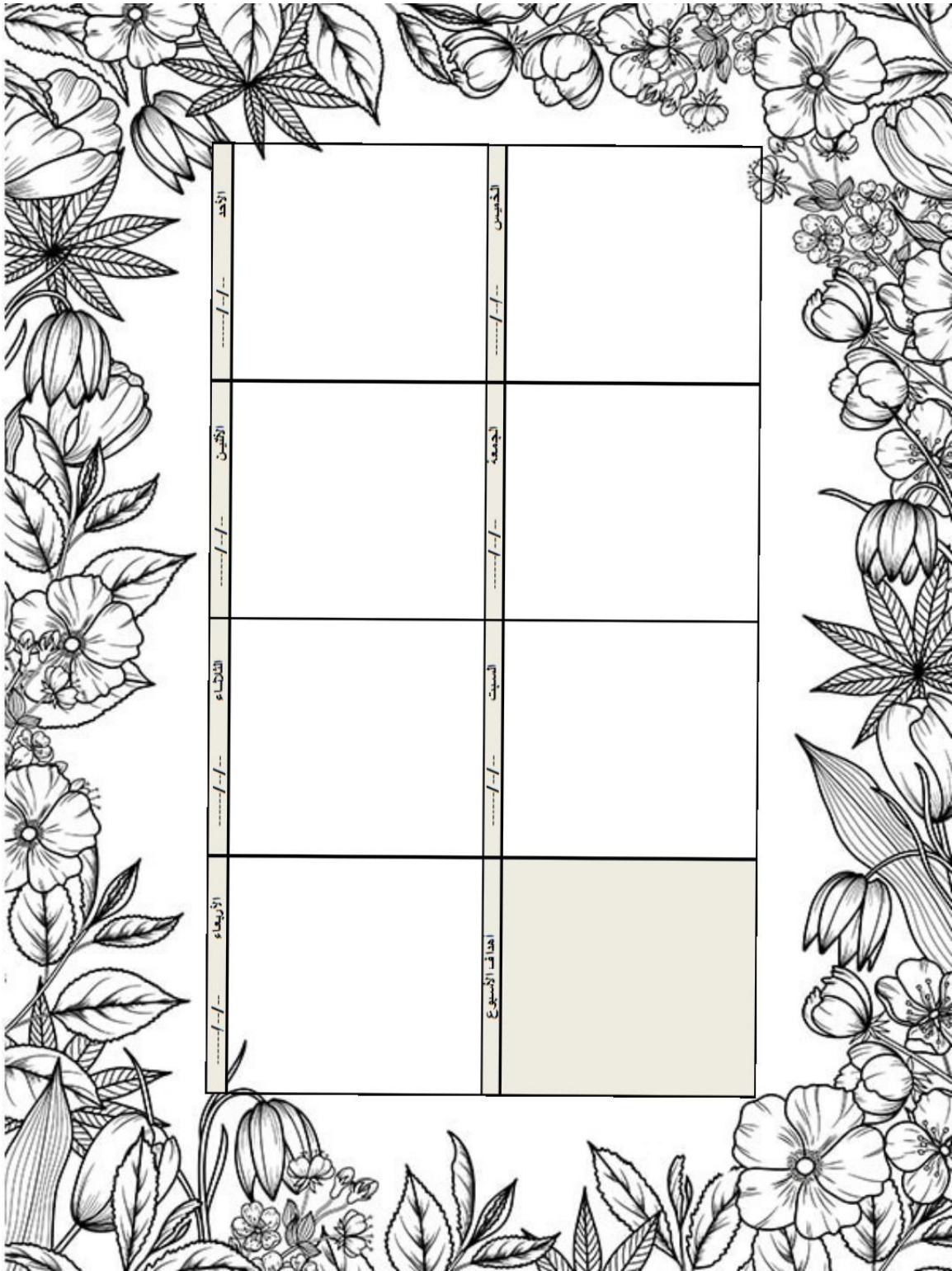
ما لم يتم إنجازه ولماذا؟	ما تم إنجازه

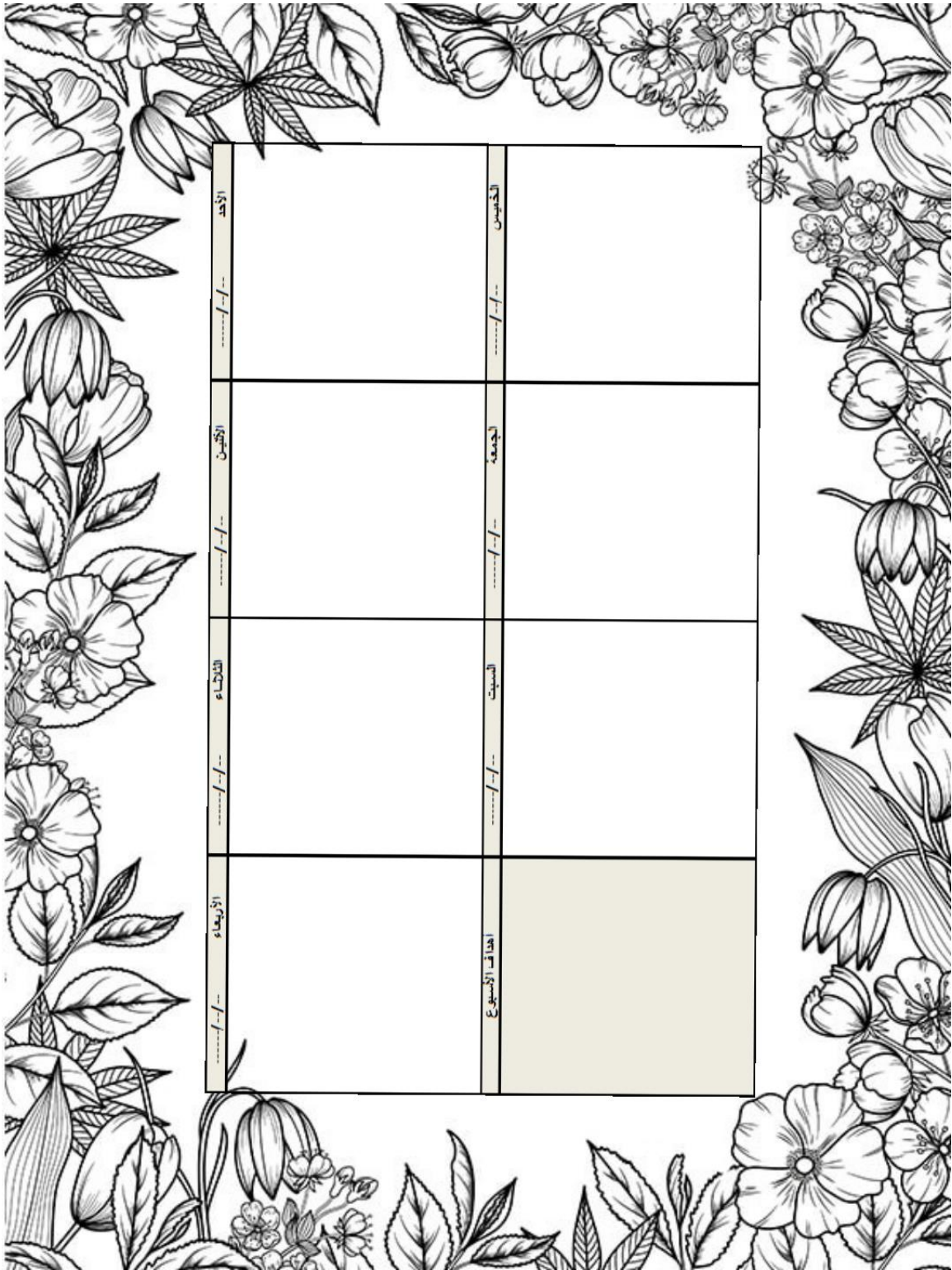


أكتوبر (١٠)

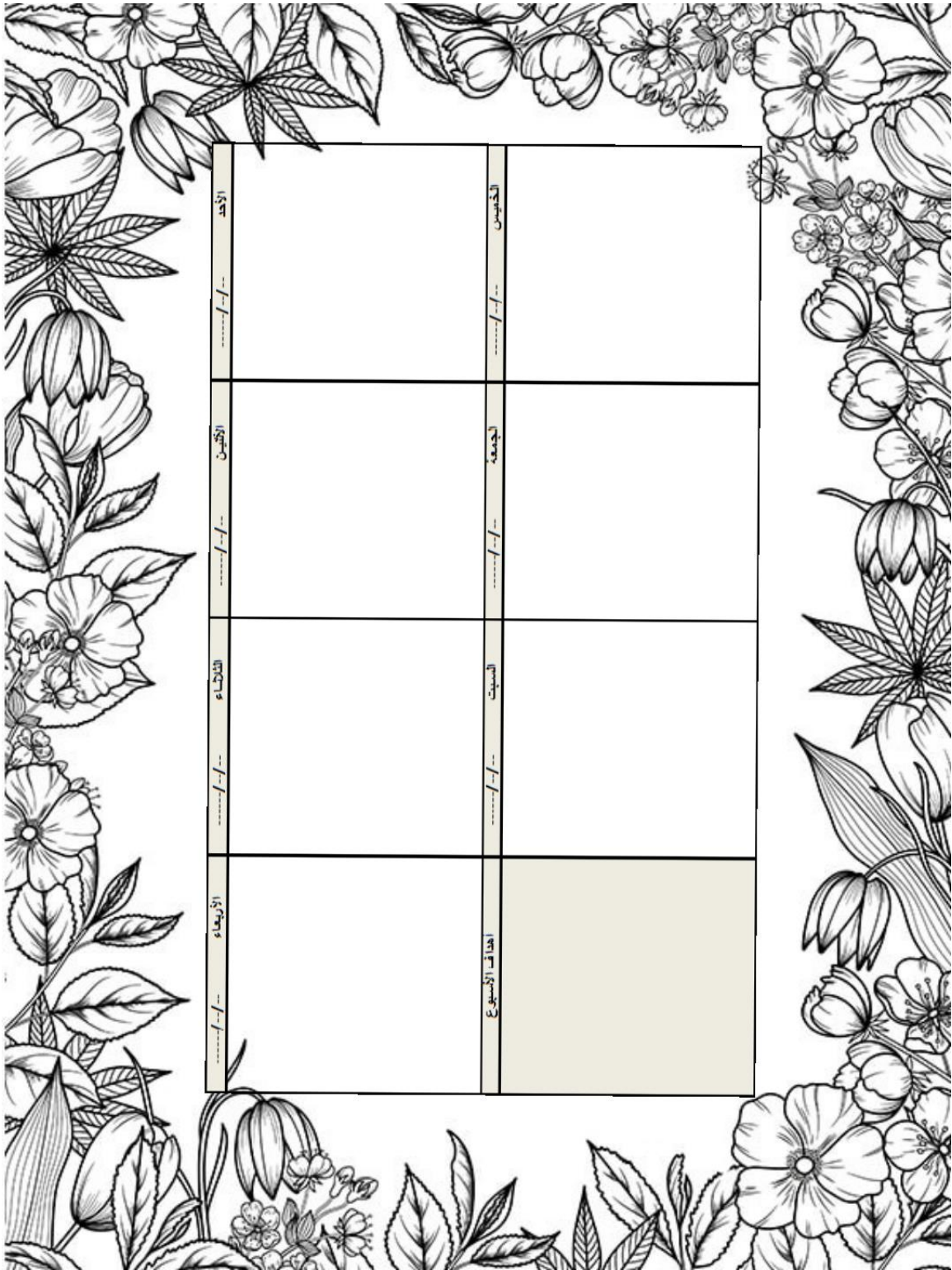
السبت	الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الاثنين	الأحد
.....
.....
.....
.....
.....













تتبع العادات





مكة





مكة

تتبع العادات





مكة





مكة

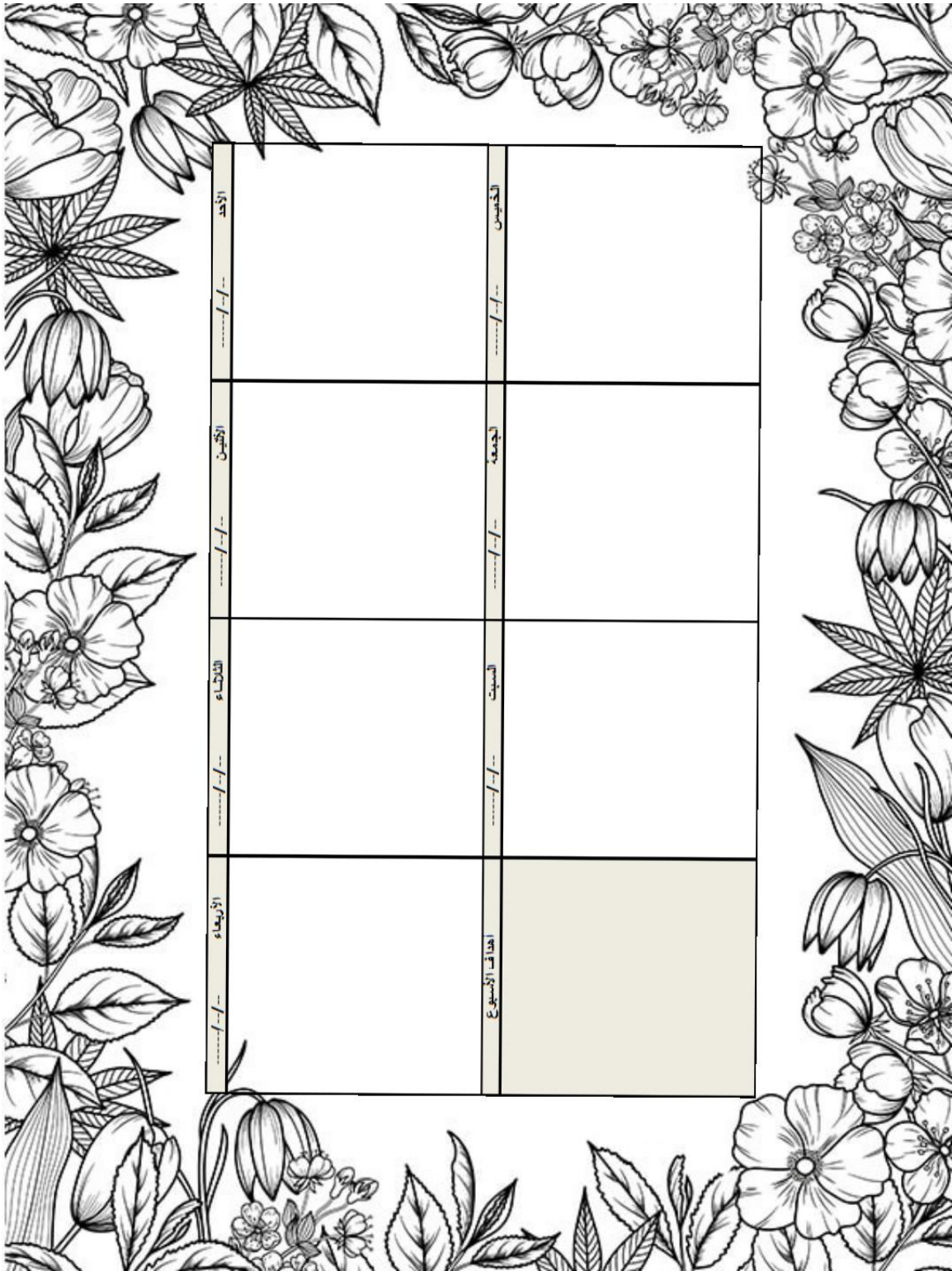
تقييم الشهر

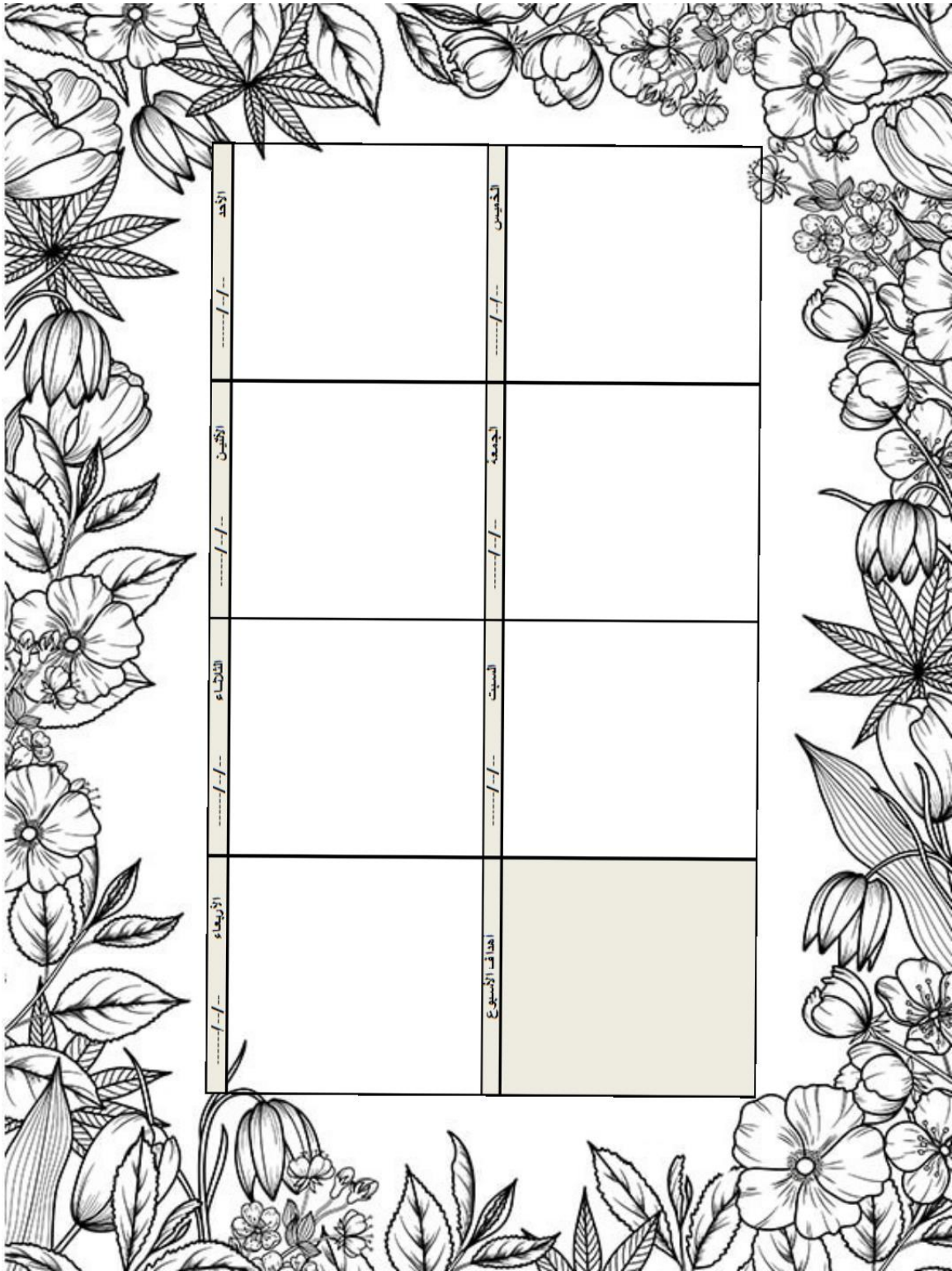
ما لم يتم إنجازه ولماذا؟	ما تم إنجازه

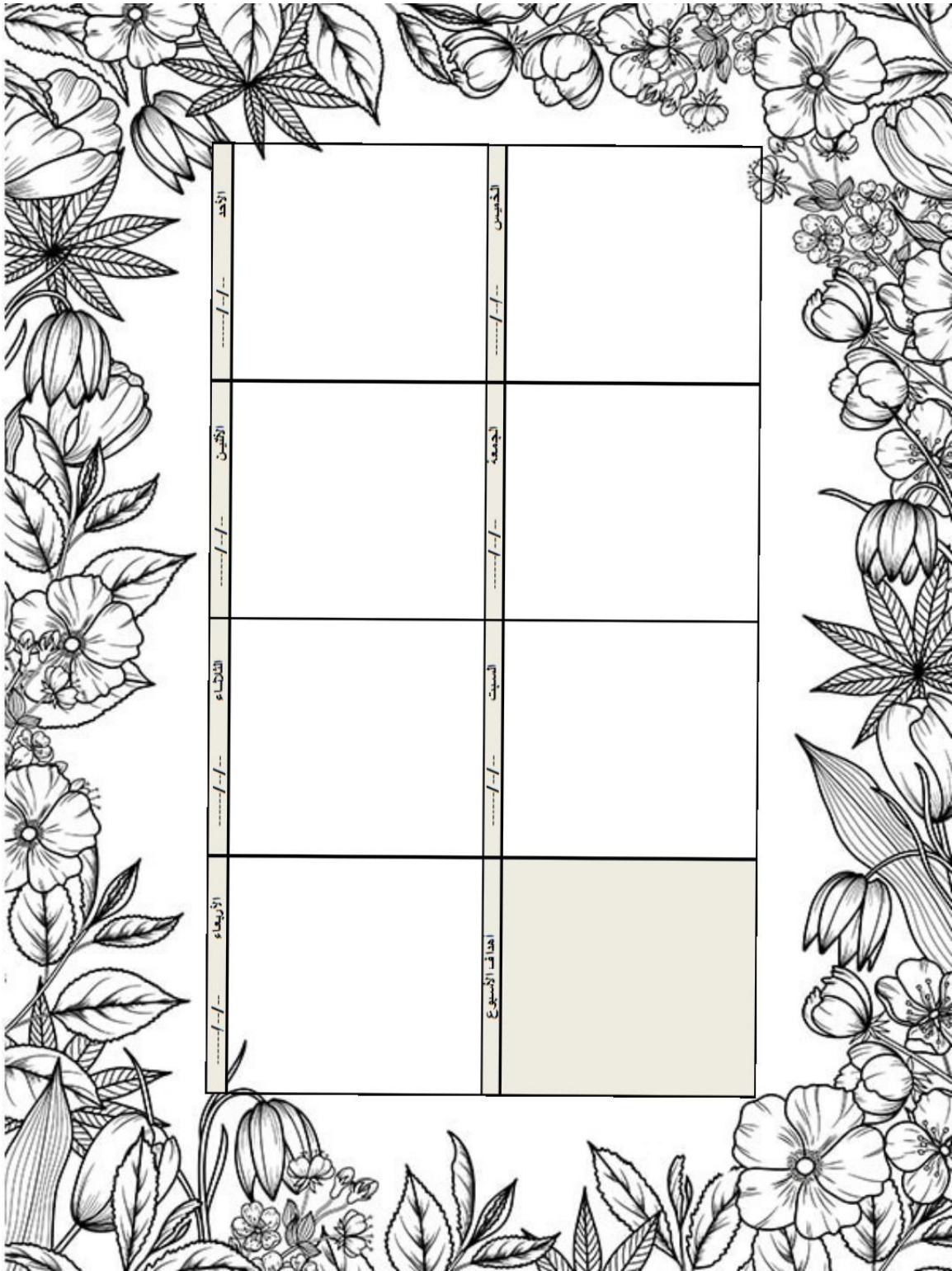


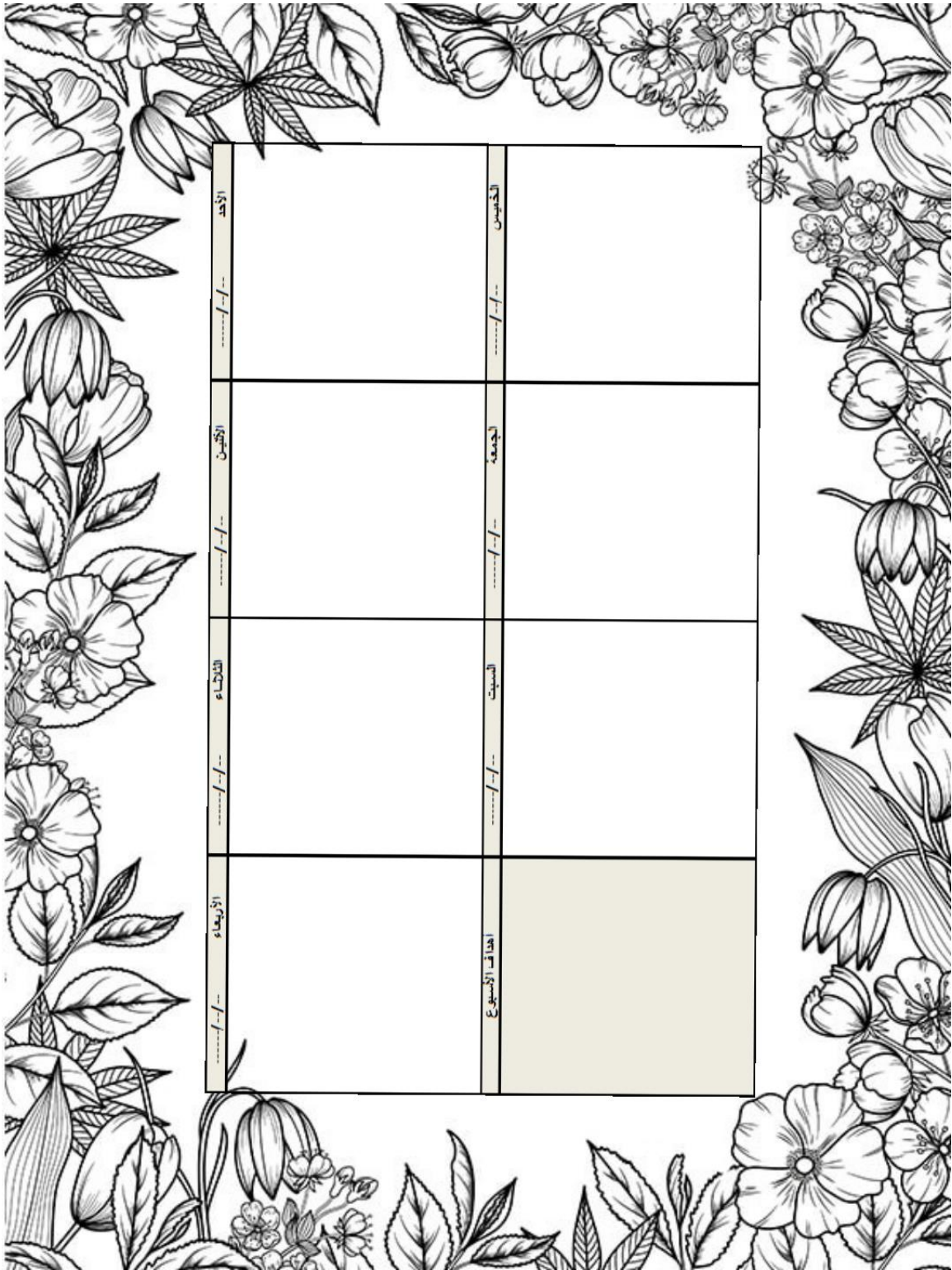
نوفمبر (II)

السبت	الجمعة	الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الاثنين	الأحد
.....
.....
.....
.....
.....











تتبع العادات





مكة





مكة

تتبع العادات





مكة





مكة

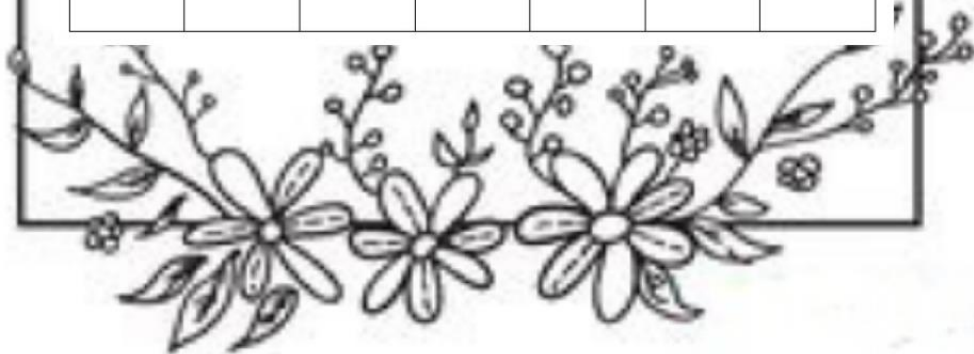
تقييم الشهر

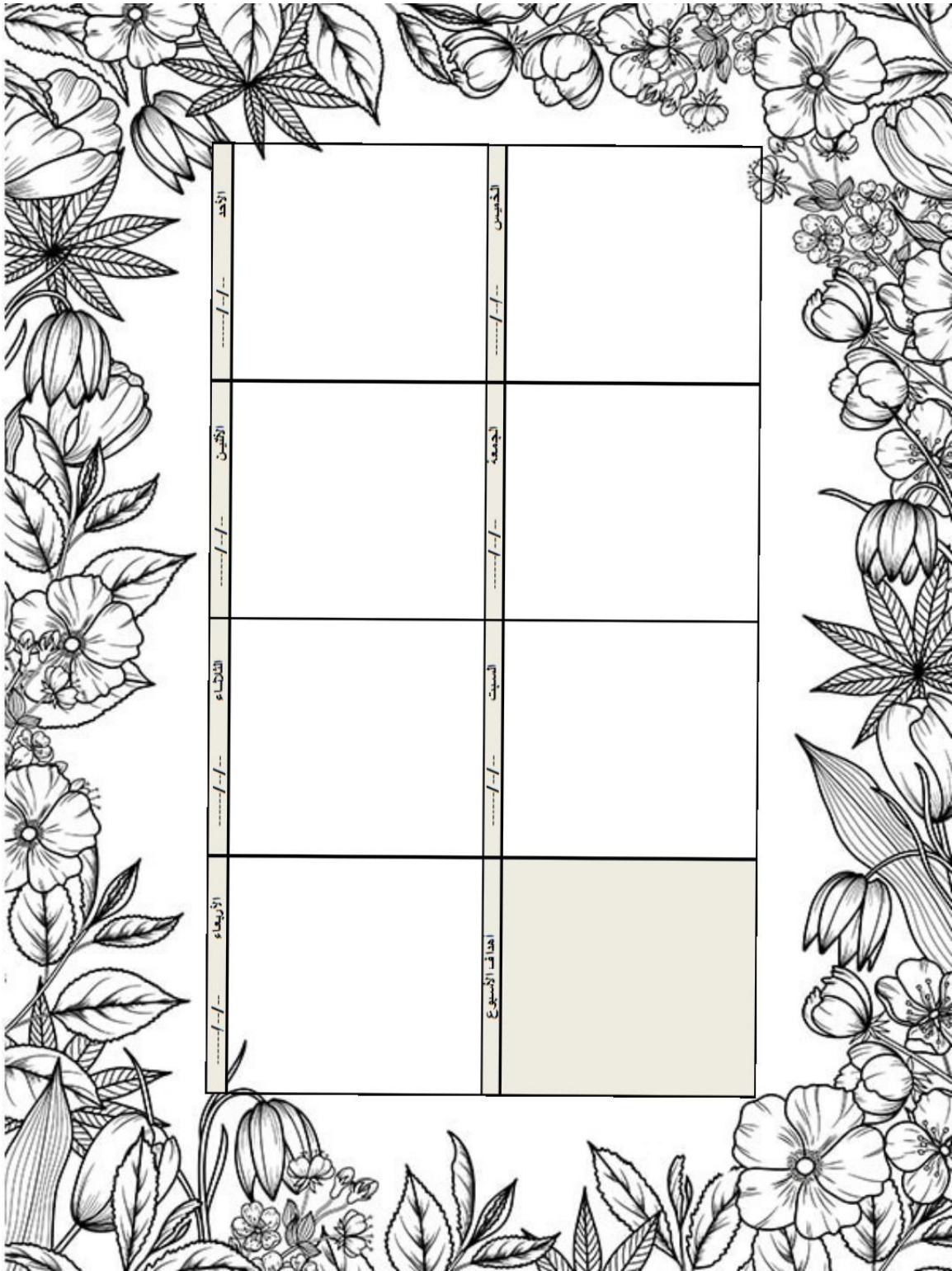
ما لم يتم إنجازه ولماذا؟	ما تم إنجازه

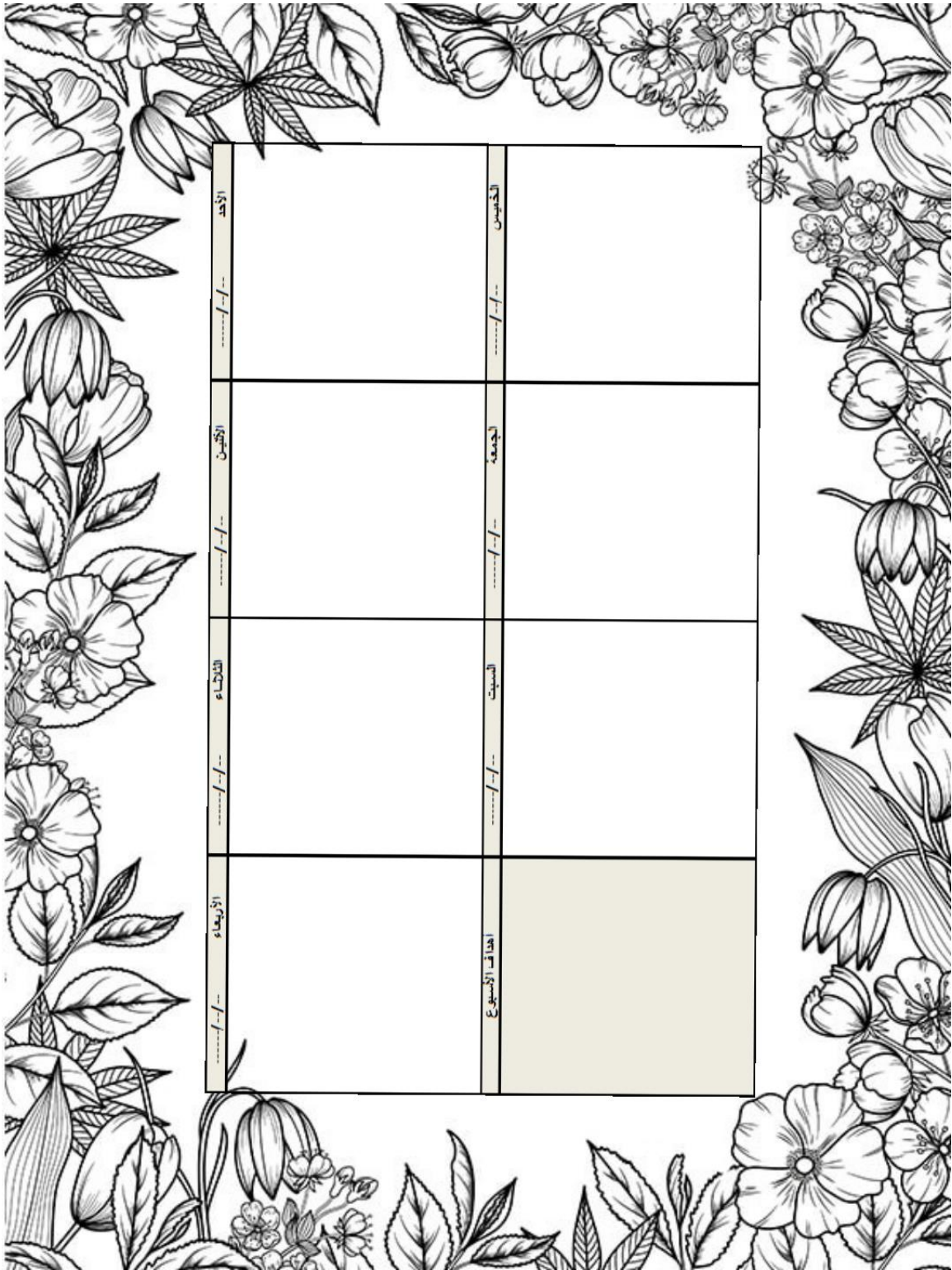


ديسمبر (١٢)

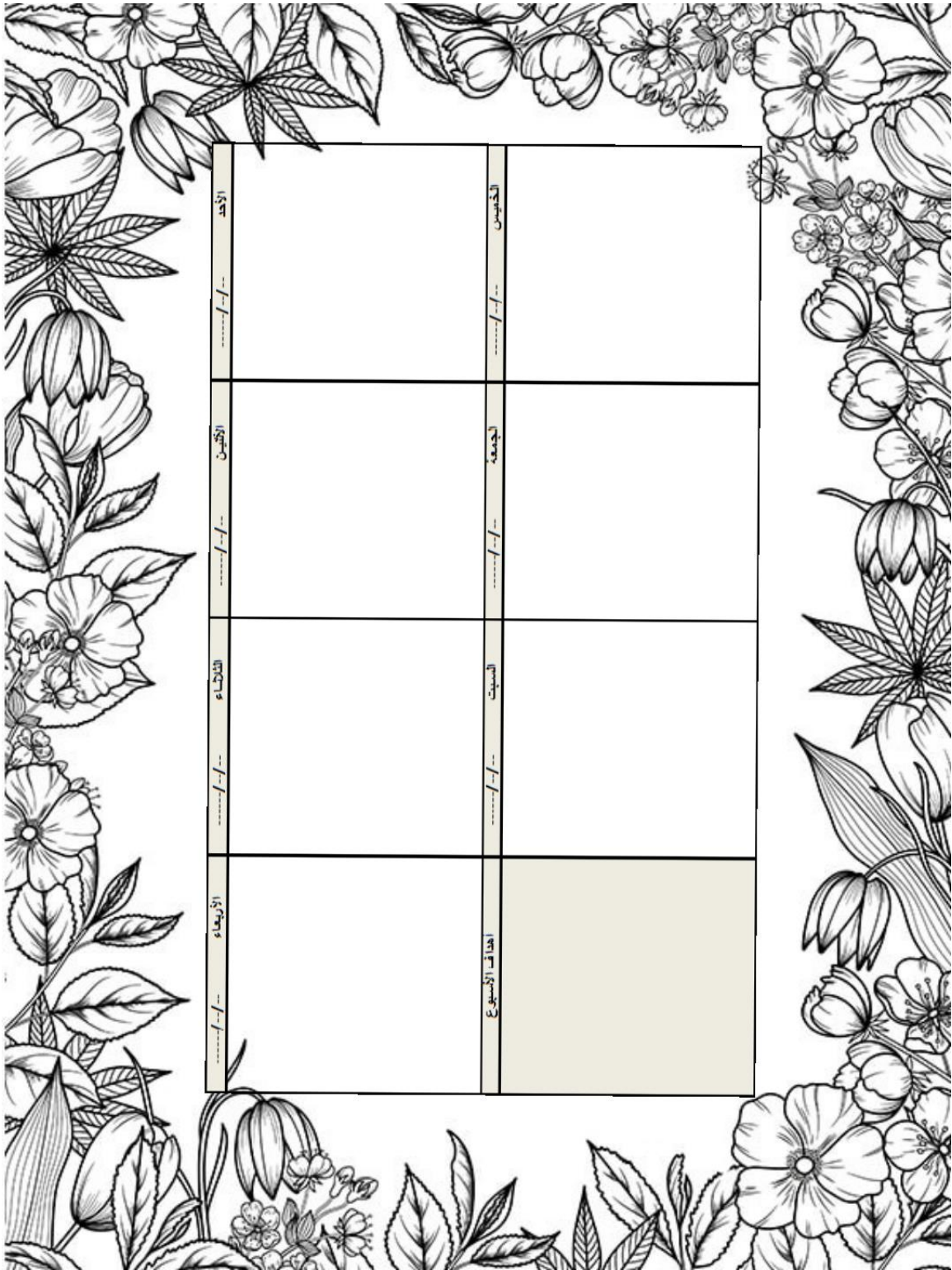
الأحد	الاثنين	الثلاثاء	الأربعاء	الخميس	الجمعة	السبت













تتبع العادات





مكة





مكة

تتبع العادات





مكة

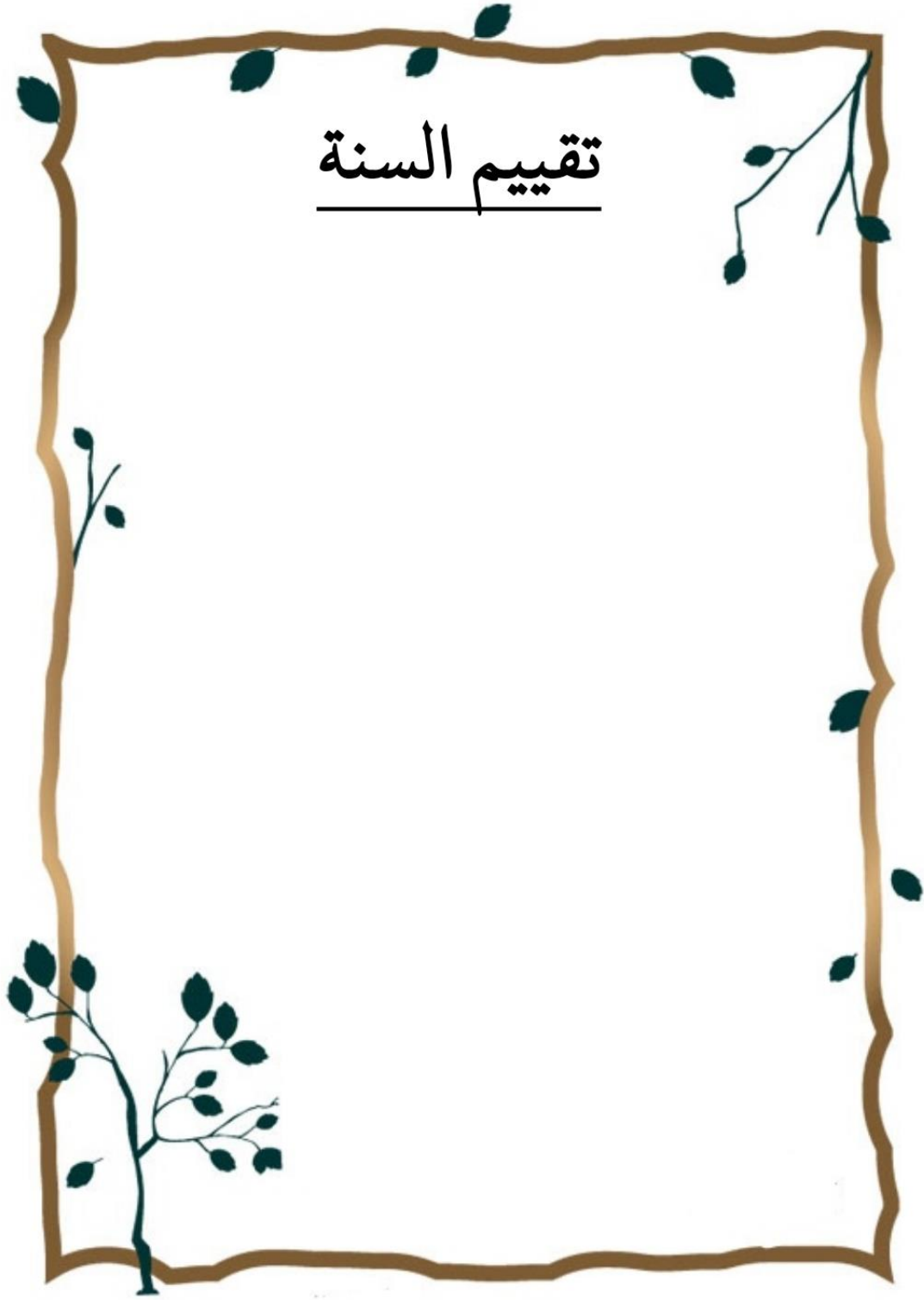


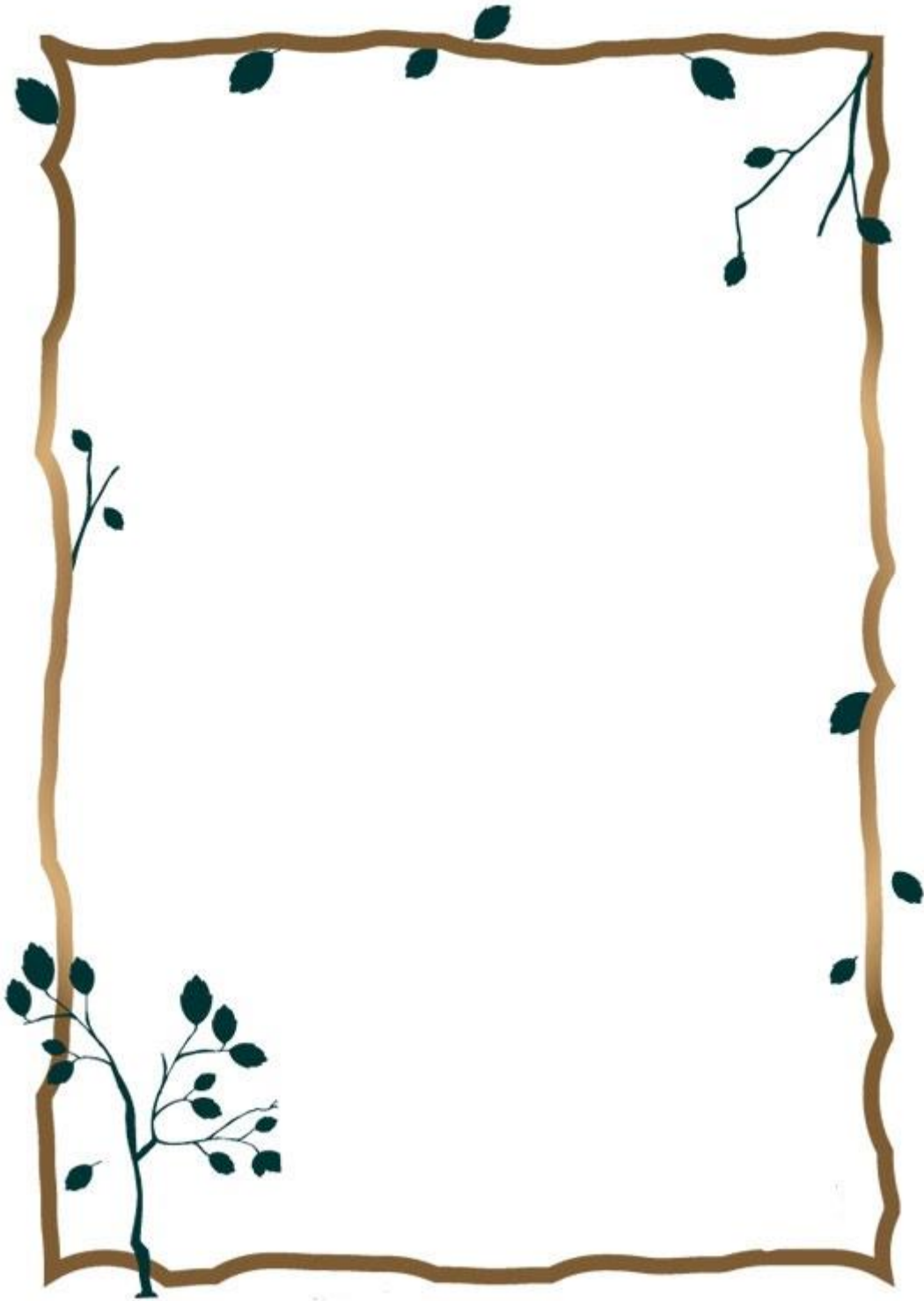


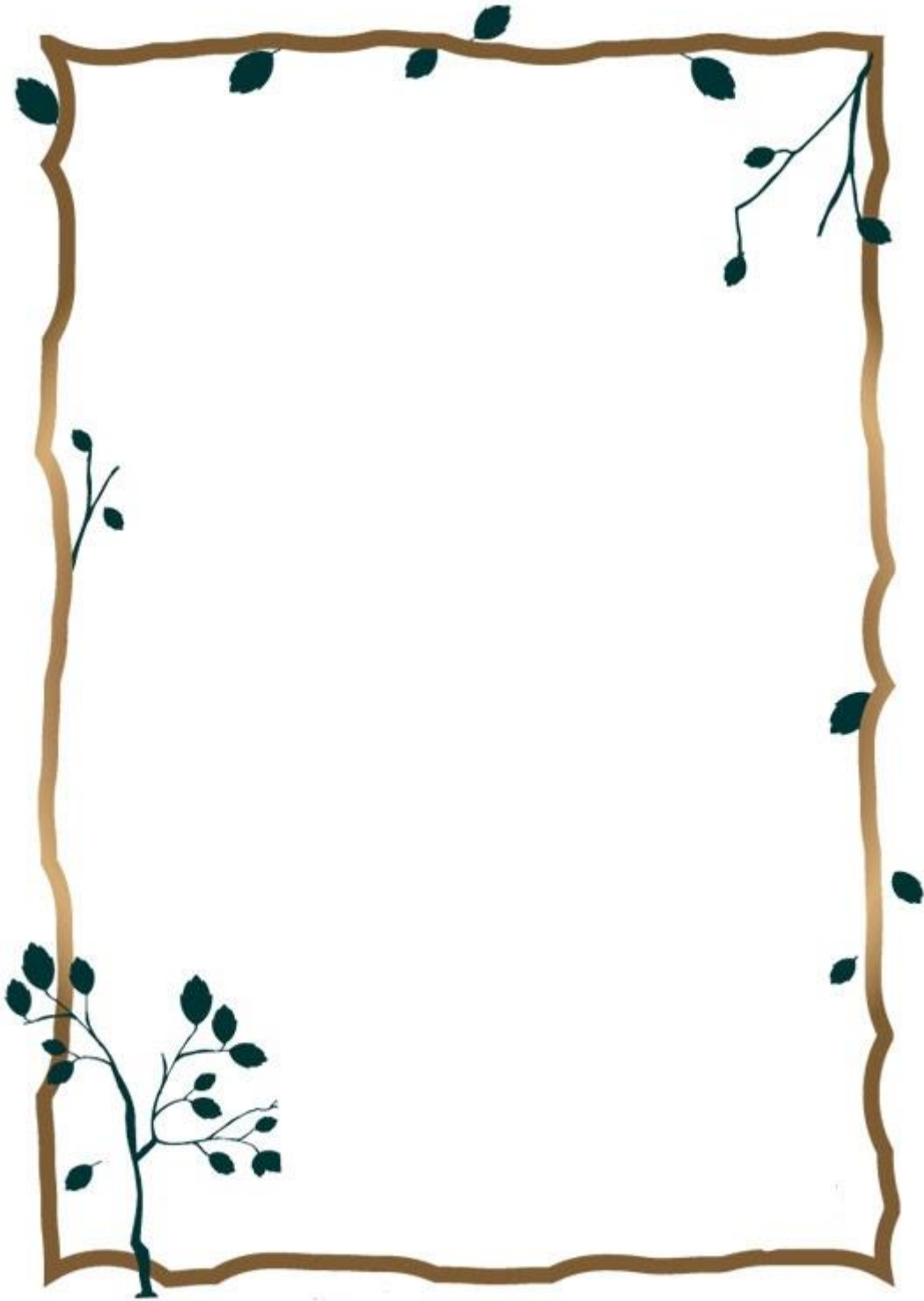
مكة

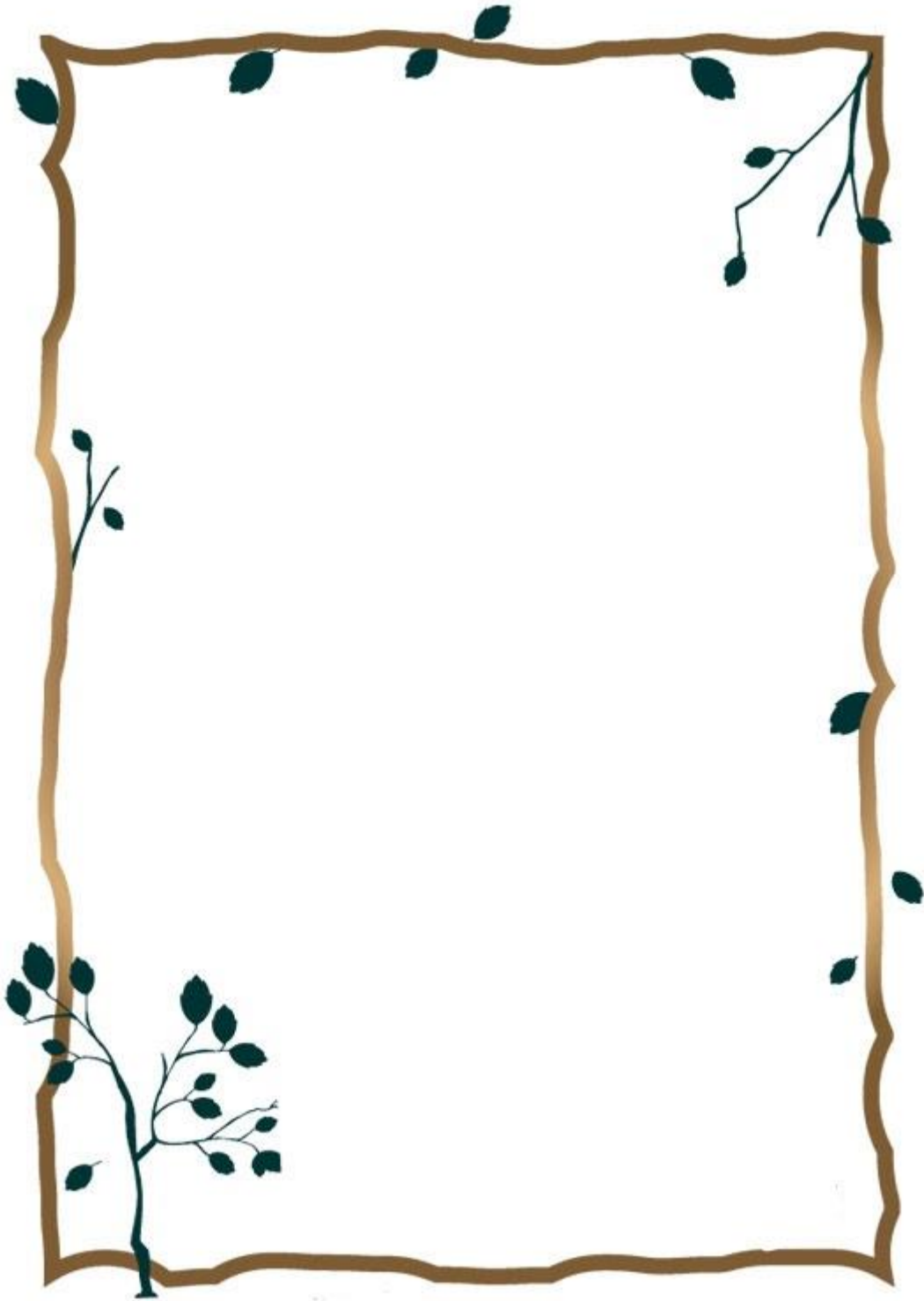
تقييم الشهر

ما لم يتم إنجازه ولماذا؟	ما تم إنجازه









إنجازات السنة









هذا الوقت سيمضي على أية حال

فمهما كان محتوى أيامك فلتجعلها
زاخرة بإنجازاتك؛ لتفخر بها عندما
تتذكرها، وتكون سببا لرفع ثقتك
بنفسك، وحبك لذاتك.

هذه المفكرة صالحة
للإستخدام في أي
سنة تناسبك.

إعداد:
هبة السنانية

شكر ل(بالعربي) على
أغلب الإطارت
المستخدمة في هذه
المفكرة



www.belarabyapps.com