

شنبه ☐ یکشنبه ☐ دوشنبه ☐ سه شنبه ☐ چهارشنبه ☐ پنجشنبه ☐ جمعه ☐

کار سخت امروز که باید در اول وقت انجام شود:

اولویت های امروز:

۱.
۲.
۳.
۴.

یادم نرود که:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

آنچه امروز باید انجام شود در جهت رسیدن به...

۱. تعداد روز انجام متوالی این کار:
۲. تعداد روز انجام متوالی این کار:
۳. تعداد روز انجام متوالی این کار:
۴. تعداد روز انجام متوالی این کار:

آنچه امروز نباید به آن فکر کنم:

.....

.....

.....

.....

.....

کسانی که امروز باید با آنها صحبت کنم

۱. برای کار:
۲. برای کار:
۳. برای کار:
۴. برای کار:

اگر وقت شد:

.....

.....

.....

.....

.....

آنچه امروز به آن رسیده ام:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

یادم باشد برای فردا:

.....

.....

.....

.....

.....

.....