بسمه تعالی

**فرم برنامه ریزی و هدف گذاری در سال جدید - 1394** (انشاءالله)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| بخش | ردیف | عنوان برنامه یا هدف | شرح برنامه یا هدف | اولویت |
| توسعه فردی |  | بهبود اخلاق و رفتار | * مرنج و مرنجان !
* با خانواده و اطرافیان بهتر برخورد کنم .
* عصبانیت ممنوع !
 |  |
|  | دین داری و وظایف دینی | * امسال به نمازم بیشتر اهمیت بدهم.
* مسجد بروم. نماز جمعه هم ثواب حج داره.
* قرآن بخوانم . روزه هم بگیرم.
 |  |
|  | سلامتی و بهداشت | * غذاهای سالم مصرف کنم .
* هر شب مسواک بزنم.
* شبها زودتر بخوابم و صبح ها زودتر از خواب بلند بشم.
 |  |
|  | حجاب و پوشش  | بهتر لباس بپوشم. (پسرها و دخترها)حجابم را بیشتر رعایت کنم. شایدم چادری شدم ! (خانم ها) |  |
|  | رعایت حقوق دیگران | حقوق دیگران را رعایت کنم. بهتر رانندگی کنم . به قوانین احترام بذارم. |  |
|  | ورزش  | ورزش کنم. یا سالن یا راهپیمایی روزانه و... |  |
|  |  |  |  |
| توسعه علمی |  | ادامه تحصیل | برای کنکور با تلاش بیشتری بخونم تا حتما قبول بشم.  |  |
|  | مطالعه و تحقیق | مطالعه ام را بیشتر کنم. کتاب و نرم افزار |  |
|  | یادگیری یک موضوع تازه | چند موضوع جدیدرا بیاموزم. مثلا یک نرم افزار |  |
|  | ایجاد یک وبلاگ خوب | یک وبلاگ خوب درست کنم . |  |
|  | انتشار کتاب یا نشریه | کتابی را تهیه و چاپ کنم. یک نشریه هم خوب است. |  |
|  |  |  |  |
| توسعه خانوادگی |  | ازدواج و تشکیل زندگی | امسال حتما ازدواج کنم. (جوانها)اگه خواستگارخوبی اومد ردش نکنم.(خانمها)برای ازدواج فرزندانم اقدامی بکنم.(والدین) |  |
|  | کمک در کارهای خانه  | در کارهای منزل به خانواده کمک کنم. |  |
|  | مسافرت و زیارت | یک یا چند برنامه مسافرت ترتیب بدم. |  |
|  | فرزند صالح  | ازخداوند بخواهم فرزندان صالح به ما عطاکند. |  |
|  | معاشرت  | به پدر و مادرم خدمت کنم، محبت کنم.به بستگان و فامیل سرکشی کنم.  |  |
|  |  |  |  |
| توسعه شغلی |  | کسب و کار جدید | یک کسب و کار جدید راه اندازی کنم. |  |
|  | کسب درآمد بیشتر | برای کسب درآمد بیشتر و البته حلال تر تلاش کنم. مثل تبلیغات ، بازاریابی و ... |  |
|  | اقدامات بزرگتر | اقدامات بزرگتر و مهم تری را انجام بدم. |  |
|  | اشتغال | اگه بشه چند همکار جدید بگیرم.  |  |
|  |  |  |  |
| توسعه اجتماعی |  | انتخابات  | در انتخابات شرکت کنم . به افراد سالمی رای بدم. |  |
|  | شرکت در محافل اجتماعی | در محافل اجتماعی شرکت کنم . مثلا برنامه های مذهبی، همایش ها، جلسات قرآن و... |  |
|  | شرکت در راهپیمایی  | در راهپیمایی ها شرکت کنم.  |  |
|  | عضویت در گروه های اجتماعی | عضو گروه های اجتماعی بشم؛ مثلا انجمن شعر و ادب وهنر،عضویت در هیئت امناها و... |  |
|  |  |  |  |
| توسعه مالی |  | پس انداز | مقداری پس انداز کنم. برای روز مبادا ! |  |
|  | صرفه جویی | صرفه جویی را در همه کارها مدنظر قرار بدم. |  |
|  | کالای ایرانی  | سعی کنم کالای ایرانی بخرم. حتی المقدور |  |
|  | خمس و زکات  | خمس و زکات مالم را بپردازم.  |  |
|  | وام  | اگر لازم است وام بگیرم. اقساط وامم را بپردازم. |  |
|  | تهیه خانه و مسکن | برای تهیه خانه تلاش کنم. سرمایه گذاری کنم. |  |
|  | بدهی و طلب  | بدهی دیگران را بپردازم. طلبم را بگیرم. |  |

**این برنامه ها به صورت نمونه و پیشنهادی نوشته شده است .**

**شما می توانید برنامه های خود را برای موارد شخصی ، خانوادگی یا اداره و محل کار تنظیم نمایید.**

بسمه تعالی

**فرم برنامه ریزی و هدف گذاری در سال جدید 1394** (انشاءالله)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| بخش | ردیف | عنوان برنامه یا هدف | شرح برنامه یا هدف | اولویت |
| توسعه فردی |  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| توسعه علمی |  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| توسعه خانوادگی |  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| توسعه شغلی |  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| توسعه اجتماعی |  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
| توسعه مالی |  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

طراحی : [fatemi84.blogfa.com](http://fatemi84.blogfa.com) التماس دعا - هزینه استفاده چند صلوات