

مدیریت زمان در شش روز و نصفی



روز دوم:

چگونه از سالنامه استفاده کنید؟

گام اول:

- موارد مهم را در سالنامه بنویسید



چگونه از سالنامه استفاده کنید؟

گام دوم:

- هدف های خود را در سالنامه
بنویسید!



چگونه از سالنامه استفاده کنید؟

گام سوم:

• جدول سالانه بکشید

<u>خرداد</u>	<u>اردیبهشت</u>	<u>فروردین</u>
<u>شهریور</u>	<u>مرداد</u>	<u>تیر</u>
<u>آذر</u>	<u>آبان</u>	<u>مهر</u>
<u>اسفند</u>	<u>بهمن</u>	<u>دی</u>

تمرینات روز دوم

در سالنامه این سه مورد را
وارد کنید:

۱- موارد مهم را در سالنامه وارد
کنید

۲- هدف های خود را بنویسید

۳- جدول ۱۲ ماه را بکشید و تکمیل
کنید

