

This Planner is for :

Bullet Journal

مفكرة فديني

Made with Love By www.feedniwordpress.com

Choose Happiness!!

Asma Yong


This Planner is for :

Bullet Journal



مفكرة فدى

Made with Love By www.feedniwordpress.com

Enjoy Summer



Feed-ME

Asma Yong



*Write A Book
You 'd like to
Read*



Go where your heart feel the most alive
Made with Love By www.feedniewordpress.com

Choose Happiness!!



Asma Yong |    

Vision Board

Find in PINTEREST some picture that describe your DREAMS. then stick them here.

عندما ثقيلت نفسي و انا استمتع بالبين الجديد حتى قبل ان اعثر عليه
و وجدت طريقي اليه

Made with Love By www.feedniewordpress.com

Current ME vs Future ME ان لم تتغير ممكن ان تفنى

Current YOU

BE-ST Version of YOU

في الجزء العلوي ارسم نفسك بالصورة التي ترى بها نفسك حاليا و
في الجزء السفلي ثقيل نفسك بافضل نسخة منك مهمتك الان ان تعمل جاهدا لان تصال الى افضل نسخة منك

Asma Yong



Mind SHEET

تقييمك لما مضى من العام



A large empty rectangular box for writing a mind map or notes.



اشياء تعلمت

things you are grateful for most hard lessons

Now in Next page put your resolution for the next 8 months

Made with Love By www.feedniewordpress.com



Resolution

قرارات و عادات جديدة للنصف المتبقي من السنة

القرارات

خطوات بسيطة لتطبيقه

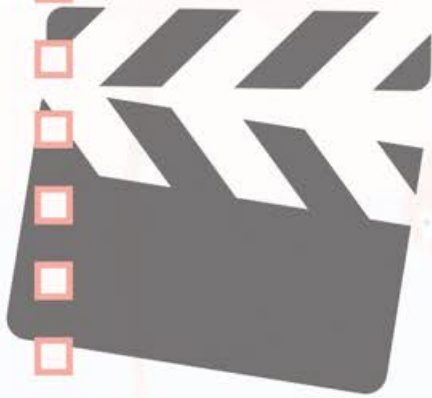
A large empty rectangular box with a vertical line down the center, creating two columns for writing resolutions. The box is decorated with a background illustration of two pink flamingos in a sunset setting with clouds and a blue sky.

Asma Yong





Film List



Made with Love By www.feedniewordpress.com



Book List



Best Book:



قائمة لاهم الكتب التي تريد قرائتها مع تقييم لكل كتاب

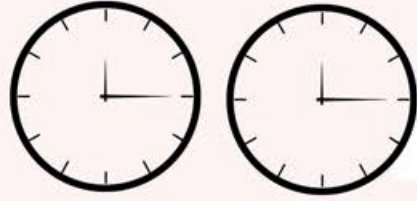
Asma Yong





Ideal DAY

اليوم المثالي



صف يومك المثالي و حدد اهم المواعيد و العادات الثابتة لديك

Made with Love By www.feedniewordpress.com



Best Morning Routine

Life SAVERS



Best Night Routine

افضل روتيني ليلي



Asma Yong |



Cooking List

Recipes to try

vegetable & healthy element



Notes



Healthy plans



Sport





Mood Tracker



هذه الصفحة صالحة لشهر واحد فقط جددنا كليا امتعتها



--	--	--	--	--	--	--	--

NOTES

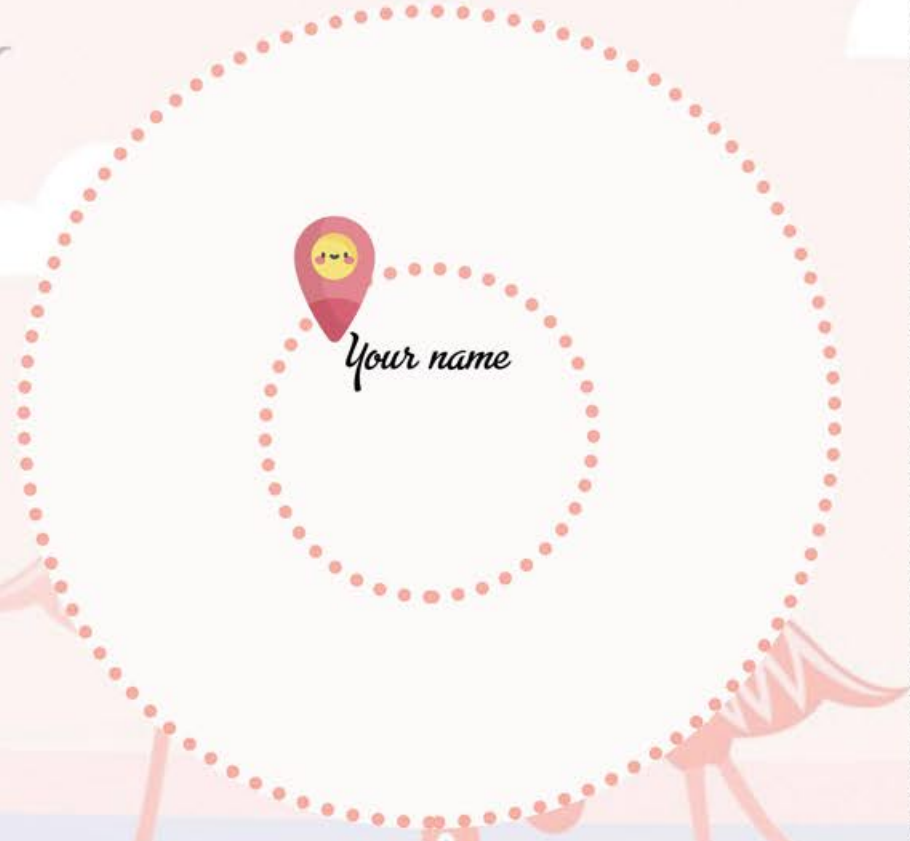


تتبع مزاجك و اعرف نفسك اكثر ستكتشف الاشياء التي تجبلك لتجنبك مستقبلك
والاشياء التي تجلب لك السعادة

Made with Love By www.feedniewordpress.com



My Happiness BOX



لنا قائمة السعادة دون الانشطة التي تحسن مزاجك وتشعرك بالسعادة وفي كل مرة
تجد نفسك بهزاج سيء تفقد القائمة اختر احد الانشطة وقم بها حاليا

*in the Big circle write list of things that makes you happy
& once you feel not okay come to this page & pick one activity & Do It*

Asma Yong |



Goal Tracker

متتبع الاهداف



Goal هدفك the baby steps بسطه خطوات

from

To

Notes & your rating for this Goal

Goal Tracker

متتبع الاهداف



Goal هدفك the baby steps بسطه خطوات

from

To

Notes & your rating for this Goal

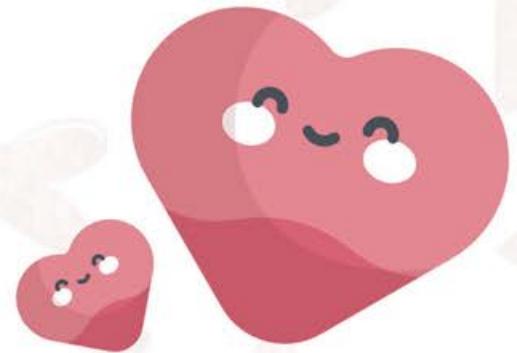


*Write A Book
You 'd like to
Read* 

Go where your heart feel the most alive

Made with Love By www.feedniewordpress.com

Choose Happiness!!



Asma Yong



Find time for the things you LOVE



Asma Yong



Made with Love By www.feedniewordpress.com

Notes:

Hello July

S	M	T	W	T	F	S
01	02	03	04	05	06	07
08	09	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Made with Love By www.feedniewordpress.com



happy
summer



Asma Yong



Weekly Plan N.....



Important

reminders

notes

--

Made with Love By www.feedniewordpress.com

Weekly Plan N.....



Important

reminders

notes

--

Asma Yong |



Weekly Plan N.....



Important

reminders

notes

Blank area for notes.

Made with Love By www.feedniewordpress.com

Weekly Plan N.....



Important

reminders

notes

Blank area for notes.

Asma Yong |



Weekly Plan N.....



--	--	--

--	--	--

--

Important

--

reminders

--

notes

--

Made with Love By www.feedniewordpress.com

Weekly Plan N.....



--	--	--

--	--	--

--

Important

--

reminders

--

notes

--

Asma Yong



Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes

Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes



Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes

Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes



Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes

Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes



Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes

Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes



Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes

Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes



Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes

Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes



Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes

Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes



Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes

Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes



Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes

Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes



Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes

Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes



Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes

Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes



Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes

Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes



Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes

Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes



Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes

Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes



Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes

Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes



Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes

Daily Plan N.....



Gratitude

To do list

دون اشياء هتن لها اليوم
اذكار الصباح اذكار المساء

Water



Notes

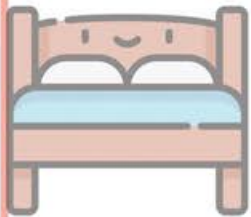




SLEEP Tracker



- | | |
|----|----|
| 1 | 1 |
| 2 | 2 |
| 3 | 3 |
| 4 | 4 |
| 5 | 5 |
| 6 | 6 |
| 7 | 7 |
| 8 | 8 |
| 9 | 9 |
| 10 | 10 |
| 11 | 11 |
| 12 | 12 |
| 13 | 13 |
| 14 | 14 |
| 15 | 15 |
| 16 | 16 |
| 17 | 17 |
| 18 | 18 |
| 19 | 19 |
| 20 | 20 |
| 21 | 21 |
| 22 | 22 |
| 23 | 23 |
| 24 | 24 |
| 25 | 25 |
| 26 | 26 |
| 27 | 27 |
| 28 | 28 |
| 29 | 29 |
| 30 | 30 |
| 31 | 31 |



Made with Love By www.feedniewordpress.com

Month Review



Best MEMORIES

COLLECT PICTURE HERE



Asma Yong |

