

Feed-NE  
Bullet Journal

Asma Yong



مفكرة فدني  
Choose Happiness!!!

Asma Yong







Work  
Hard.  
Surpass  
Limits.

Made with Love By [www.feednie.wordpress.com](http://www.feednie.wordpress.com)



مفكرة فدني  
Feed-NE  
Bullet Journal

Asma Yong



Made with Love By [www.feednie.wordpress.com](http://www.feednie.wordpress.com)



*This Planner is for :*

*Bullet Journal*

*Asma Yong*



*مفكرة فدني*

*Made with Love By [www.feednie.wordpress.com](http://www.feednie.wordpress.com)*

*Made with Love By [www.feednie.wordpress.com](http://www.feednie.wordpress.com)*



*Write A Book  
You 'd like to  
Read* 

*Go where your heart feel the most alive*

*Made with Love By [www.feedniewordpress.com](http://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](http://www.feedniewordpress.com)

# Current ME vs Future ME ان لم تتغير ممكن ان تفنى

Current YOU

BEST 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 جامدا لان تصال الى افضل نسخة منك

Asma Yong





# Mind SHEET

تقييمك لما مضى من العام



Blank space for writing a mind map or reflection.



## اشياء تعلمت منها

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](http://www.feedniewordpress.com)



# Resolution

قرارات و عادات جديدة للنصف المتبقي من السنة

القرارات

خطوات بسيطة لتطبيقه

Blank space for writing resolutions, with a vertical line separating the two columns and a list of red squares on the left side for tracking progress.

Asma Yong



















# Ideal DAY

اليوم المثالي



صف يومك المثالي و حدد اهم الواعيد و العادات الثابتة لديك

Made with Love By [www.feedniewordpress.com](http://www.feedniewordpress.com)



# Best Morning Routine

Life SAVERS



# Best Night Routine

افضل روتيني ليلي



Asma Yong











# Mood Tracker




هذه الصفحة صالحة لشهر واحد فقط جردنا كليا امتعتها



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

NOTES



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

Made with Love By [www.feedniewordpress.com](http://www.feedniewordpress.com)



# My Happiness BOX



Your name

هنا 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







# Budget Tracker



تصرف بحكمة فيها تملك

--	--



# Password List

Web site	User Name	Password
G mail 		
Instagram 		
pinterest 		
Facebook 		
Twitter 		
Youtube 		





# Goal Tracker

متتبع الاهداف



Goal هدفك the baby steps بسطه خطوات

from

To

Notes & your rating for this Goal

Made with Love By [www.feedniewordpress.com](http://www.feedniewordpress.com)

# Goal Tracker

متتبع الاهداف



Goal هدفك the baby steps بسطه خطوات

from

To

Notes & your rating for this Goal

Asma Yong





# Goal Tracker

متتبع الاهداف



Goal هدفك the baby steps بسطه خطوات

from

To

Notes & your rating for this Goal

Made with Love By [www.feedniewordpress.com](http://www.feedniewordpress.com)

# Goal Tracker

متتبع الاهداف



Goal هدفك the baby steps بسطه خطوات

from

To

Notes & your rating for this Goal

Asma Yong





# Goal Tracker

متتبع الاهداف



Goal هدفك the baby steps بسطه خطوات

from

To

Notes & your rating for this Goal

Made with Love By [www.feedniewordpress.com](http://www.feedniewordpress.com)

# Goal Tracker

متتبع الاهداف



Goal هدفك the baby steps بسطه خطوات

from

To

Notes & your rating for this Goal

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](http://www.feedniewordpress.com)*

*Choose Happiness!!*



*Asma Yong*





calendar & the main goals for this month

A collection of decorative boxes for a calendar and goals. The central box is a 5x5 grid. Surrounding it are various patterned boxes: one with horizontal stripes, one with a repeating 'x' pattern, one with a brushstroke pattern, and one with a repeating diamond pattern.

Made with Love By [www.feedniewordpress.com](http://www.feedniewordpress.com)



# Monthly To Do List

A large rectangular area for a to-do list, enclosed in a red border. On the left side, there is a vertical column of 15 small red square checkboxes. On the right side, there is a large, stylized green palm frond illustration.

Asma Yong |    





# Monthly LOG

- |    |    |
|----|----|
| 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 |



# Habits Tracker



يومياً

الصبح  
الظهر  
العصر  
المغرب  
العشاء

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				




مرتين في الاسبوع


مرة كل اسبوع

--	--	--	--	--

--	--	--	--	--

--	--	--	--	--





Weekly Plan N.....



--	--	--

--	--	--

--

<i>Important</i>
------------------

<i>reminders</i>
------------------

<i>notes</i>
--------------

Made with Love By [www.feedniewordpress.com](http://www.feedniewordpress.com)

Weekly Plan N.....



--	--	--

--	--	--

--

<i>Important</i>
------------------

<i>reminders</i>
------------------

<i>notes</i>
--------------

Asma Yong





Weekly Plan N.....



--	--	--

--	--	--

notes

Important

reminders

notes

Made with Love By [www.feedniewordpress.com](http://www.feedniewordpress.com)

Weekly Plan N.....



--	--	--

--	--	--

notes

Important

reminders

notes

Asma Yong





Weekly Plan N.....



--	--	--

--	--	--

notes

Important

reminders

notes

Weekly Plan N.....



--	--	--

--	--	--

notes

Important

reminders

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



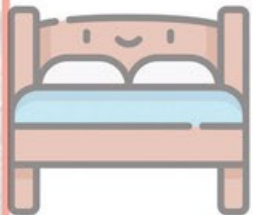




# SLEEP Tracker



- |    |    |
|----|----|
| 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 |



# Month Review



Best MEMORIES

COLLECT PICTURE HERE

