

سال ۱۴۰۴ هجری شمسی : برای هر هفته از ماه ها میتونی مهمترین کار تو بنویسی و برای هر هفته ات برنامه ریزی کنی با این کار یک برنامه ی هفتگی و یک تعهد هفتگی برای خودت میسازی و مهمترین کار هفته ات را میدونی و وقتی مهمترین کار را بدونی به حاشیه نمیری و اون مهمترین کار را انجام میدی ، البته میتونی به هر شکلی از این تقویم استفاده کنی ، پیشنهاد من اینه که این را پرینت کنی و همیشه برای یکی دو هفته جلوتر مهمترین برنامه هاتو بنویسی

فروردین:

هفته ۱: شنبه ۲ فروردین تا جمعه ۸ فروردین

هفته ۲: شنبه ۹ فروردین تا جمعه ۱۵ فروردین

هفته ۳: شنبه ۱۶ فروردین تا جمعه ۲۲ فروردین

هفته ۴: شنبه ۲۳ فروردین تا جمعه ۲۹ فروردین

هفته ۵: شنبه ۳۰ فروردین تا جمعه ۵ اردیبهشت

هفته ۶: شنبه ۶ اردیبهشت تا جمعه ۱۲ اردیبهشت

هفته ۷: شنبه ۱۳ اردیبهشت تا جمعه ۱۹ اردیبهشت

هفته ۸: شنبه ۲۰ اردیبهشت تا جمعه ۲۶ اردیبهشت

هفته ۹: شنبه ۲۷ اردیبهشت تا جمعه ۲ خرداد

هفته ۱۰: شنبه ۳ خرداد تا جمعه ۹ خرداد

هفته ۱۱: شنبه ۱۰ خرداد تا جمعه ۱۶ خرداد

هفته ۱۲: شنبه ۱۷ خرداد تا جمعه ۲۳ خرداد

هفته ۱۳: شنبه ۲۴ خرداد تا جمعه ۳۰ خرداد

هفته ۱۴: شنبه ۳۱ خرداد

تیر:

هفته ۱۵: شنبه ۱ تیر تا جمعه ۷ تیر

هفته ۱۶: شنبه ۸ تیر تا جمعه ۱۴ تیر

هفته ۱۷: شنبه ۱۵ تیر تا جمعه ۲۱ تیر

هفته ۱۸: شنبه ۲۲ تیر تا جمعه ۲۸ تیر

هفته ۱۹: شنبه ۲۹ تیر تا جمعه ۴ مرداد

مرداد:

هفته ۲۰: شنبه ۵ مرداد تا جمعه ۱۱ مرداد

هفته ۲۱: شنبه ۱۲ مرداد تا جمعه ۱۸ مرداد

هفته ۲۲: شنبه ۱۹ مرداد تا جمعه ۲۵ مرداد

هفته ۲۳: شنبه ۲۶ مرداد تا جمعه ۱ شهریور

شهریور:

هفته ۲۴: شنبه ۲ شهریور تا جمعه ۸ شهریور

هفته ۲۵: شنبه ۹ شهریور تا جمعه ۱۵ شهریور

هفته ۲۶: شنبه ۱۶ شهریور تا جمعه ۲۲ شهریور

هفته ۲۷: شنبه ۲۳ شهریور تا جمعه ۲۹ شهریور

هفته ۲۸: شنبه ۳۰ شهریور

مهر:

هفته ۲۹: شنبه ۱ مهر تا جمعه ۷ مهر

هفته ۳۰: شنبه ۸ مهر تا جمعه ۱۴ مهر

هفته ۳۱: شنبه ۱۵ مهر تا جمعه ۲۱ مهر

هفته ۳۲: شنبه ۲۲ مهر تا جمعه ۲۸ مهر

هفته ۳۳: شنبه ۲۹ مهر تا جمعه ۴ آبان

آبان:

هفته ۳۴: شنبه ۵ آبان تا جمعه ۱۱ آبان

هفته ۳۵: شنبه ۱۲ آبان تا جمعه ۱۸ آبان

هفته ۳۶: شنبه ۱۹ آبان تا جمعه ۲۵ آبان

هفته ۳۷: شنبه ۲۶ آبان تا جمعه ۲ آذر

آذر:

هفته ۳۸: شنبه ۳ آذر تا جمعه ۹ آذر

هفته ۳۹: شنبه ۱۰ آذر تا جمعه ۱۶ آذر

هفته ۴۰: شنبه ۱۷ آذر تا جمعه ۲۳ آذر

هفته ۴۱: شنبه ۲۴ آذر تا جمعه ۳۰ آذر

هفته ۴۲: شنبه ۱ دی

دی:

هفته ۴۳: شنبه ۲ دی تا جمعه ۸ دی

هفته ۴۴: شنبه ۹ دی تا جمعه ۱۵ دی

هفته ۴۵: شنبه ۱۶ دی تا جمعه ۲۲ دی

هفته ۴۶: شنبه ۲۳ دی تا جمعه ۲۹ دی

هفته ۴۷: شنبه ۳۰ دی

بهمن:

هفته ۴۸: شنبه ۱ بهمن تا جمعه ۷ بهمن

هفته ۴۹: شنبه ۸ بهمن تا جمعه ۱۴ بهمن

هفته ۵۰: شنبه ۱۵ بهمن تا جمعه ۲۱ بهمن

هفته ۵۱: شنبه ۲۲ بهمن تا جمعه ۲۸ بهمن

هفته ۵۲: شنبه ۲۹ بهمن تا جمعه ۳ اسفند

اسفند:

هفته ۵۳: شنبه ۴ اسفند تا جمعه ۱۰ اسفند

هفته ۵۴: شنبه ۱۱ اسفند تا جمعه ۱۷ اسفند

هفته ۵۵: شنبه ۱۸ اسفند تا جمعه ۲۴ اسفند

هفته ۵۶: شنبه ۲۵ اسفند تا جمعه ۲۹ اسفند