

खाली समय में करने लायक 22 काम

नंबर 12 -



अपनों से बात कीजिए।
पुराने दोस्त को फोन कीजिए।



अम्मी-अब्बू के पास बैठिए।

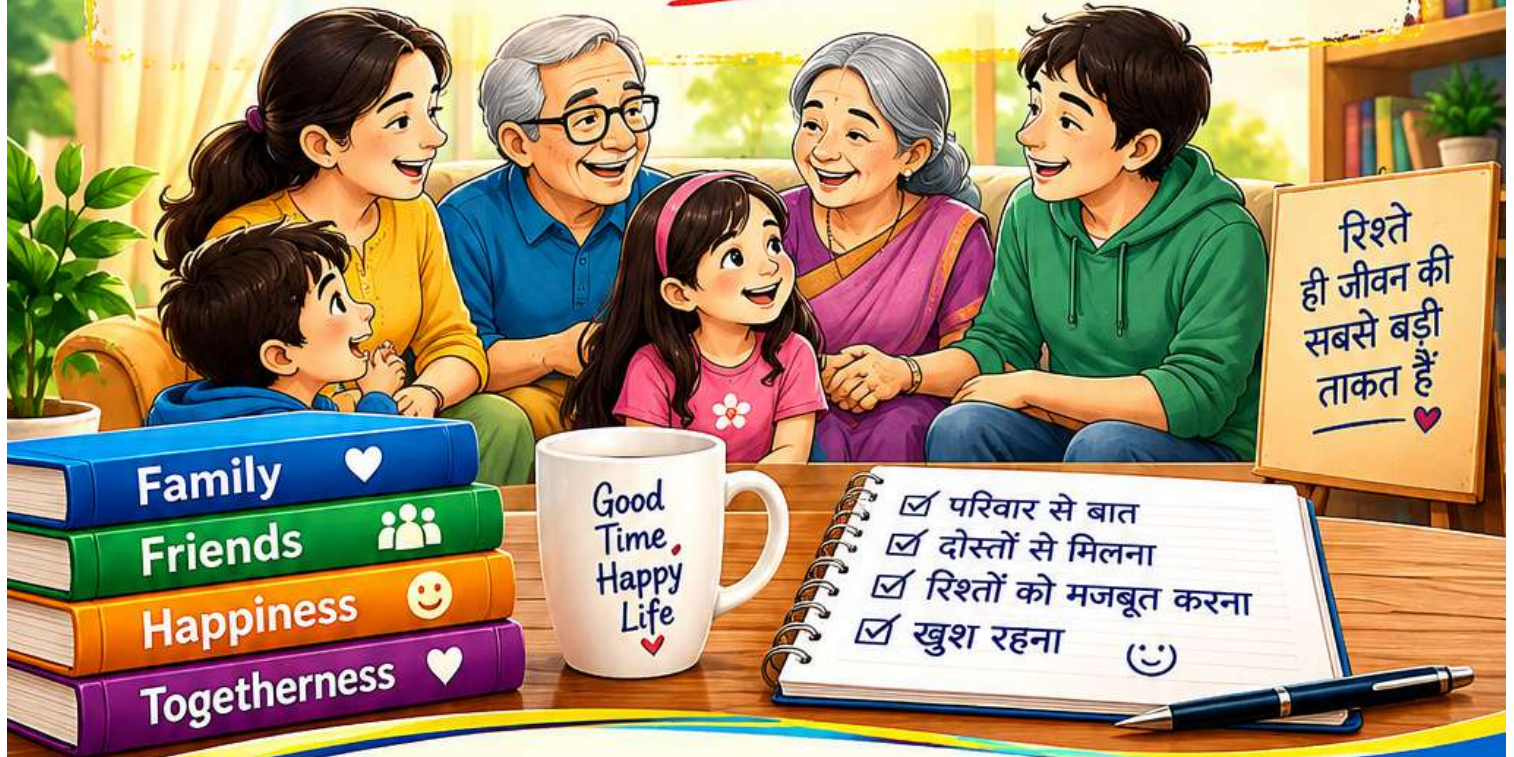


भाई-बहन से बात कीजिए।



कभी-कभी कुछ मिनट अपने लोगों के
साथ बिताना

बहुत बड़ी खुशी दे देता है।



Pen and Paper

— Educational and Financial —
Consultancy Services

खाली समय में करने लायक = 22 काम =

नंबर 15 -

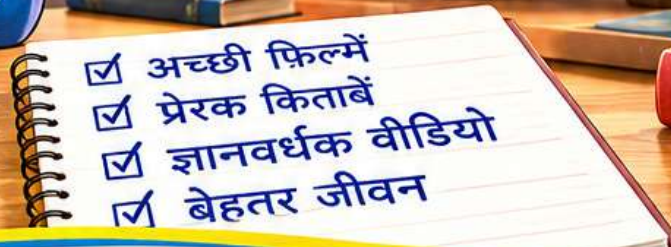
अच्छी जीवन-कहानियाँ
देखिए।



ऐसी फ़िल्में, किताबें या वीडियो देखिए
जिनसे आपको मेहनत, संघर्ष और
जीवन से कुछ सीखने को मिलें।



= मनोरंजन हो, =
लेकिन कुछ सीख भी मिल जाए।



Pen and Paper

— Educational and Financial —
Consultancy Services

सकारात्मक सोच ही सच्ची शक्ति है

नंबर 5 — शरीर को चलाइए।
थोड़ा पैदल चलिए,
हल्की कसरत कीजिए,
योग कीजिए
या कोई पसंदीदा शारीरिक गतिविधि
कीजिए।
शरीर स्वस्थ रहेगा तो काम करने की
ऊर्जा भी बनी रहेगी।



स्वस्थ शरीर = खुशहाल जीवन

नंबर 20 —

खुद की कद्र करना सीखिए!

आईने के सामने खड़े होकर
खुद को देखकर मुस्कुराइए।



अपने आप से कहिए—
“मैं आज से कल का बेहतर
इंसान बनने की कोशिश
करूंगा।”



दूसरों की तारीफ का इंतजार मत
कीजिए।
खुद की मेहनत की कद्र करना भी
सीखिए!

खुद पर
विश्वास रखिए...
आप सक्षम हैं!
— ♡ —

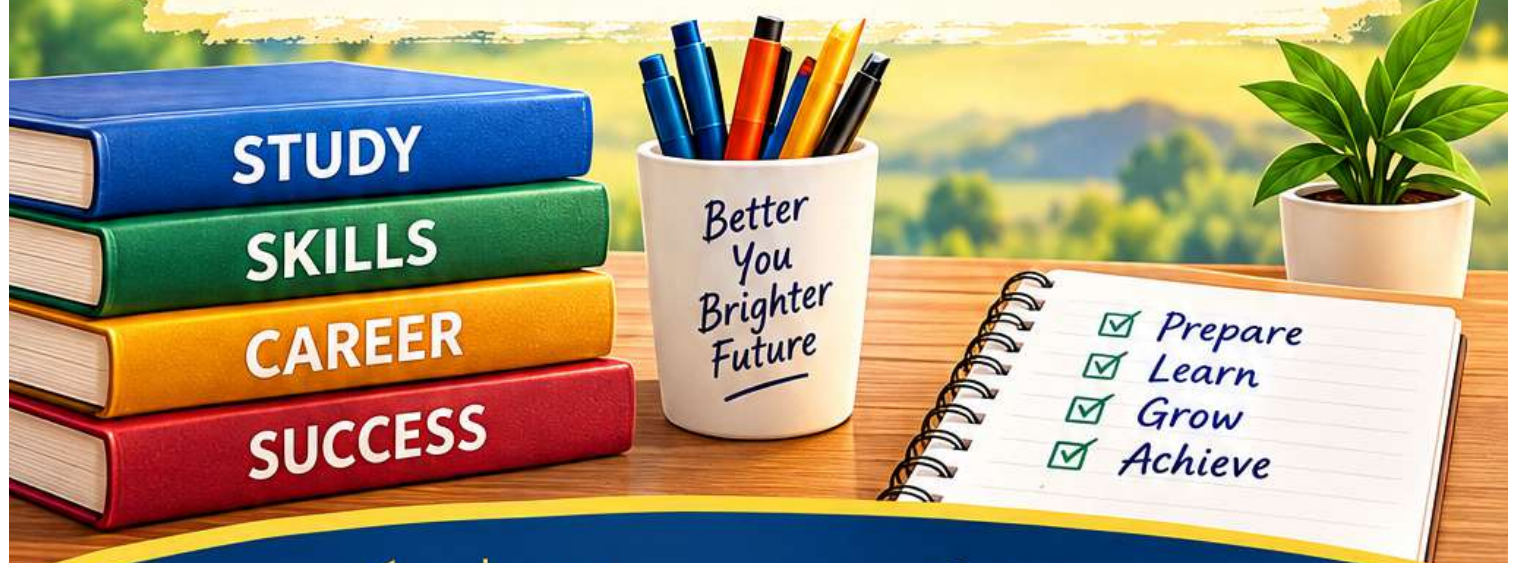
खाली समय में करने लायक = 22 काम =

नंबर 18 –

पढ़ाई या नौकरी की तैयारी
कीजिए।

⇒ अगर आप विद्यार्थी हैं, ⇐
तो अपना पाठ दोहराइए।

अगर नौकरी खोज रहे हैं,
तो अपना परिचय-पत्र तैयार कीजिए
और जरूरी जानकारी अपडेट कीजिए।



Pen and Paper

— Educational and Financial —
Consultancy Services

खाली समय में करने लायक = 22 काम =

नंबर 17 –

घर के काम में हाथ बांटाइए।
घर साफ करने में मदद कीजिए।

खाना बनाने में हाथ बांटाइए।

अपनों का काम हल्का कीजिए।

यह छोटी आदत जिम्मेदारी और
अपनापन बढ़ाती है।



Pen and Paper

— Educational and Financial —
Consultancy Services

खाली समय में करने लायक = 22 काम =



नंबर 16 –

अपने लक्ष्य लिखिए।
अपने बड़े लक्ष्यों की एक सूची बनाइए।
उसे ऐसी जगह रखिए
जहां आपकी नजर रोज उस पर पड़े।
= लेकिन सिर्फ देखिए मत – =
हर दिन उसके लिए एक छोटा कदम भी
उठाइए।



आज
का छोटा कदम
कल की
बड़ी सफलता



Pen and Paper

— Educational and Financial —
Consultancy Services

खाली समय में करने लायक = 22 काम =



नंबर 13 -

रोज एक छोटा लक्ष्य पूरा कीजिए!



आज 20 मिनट पढ़ना है।

आज 20 मिनट चलना है।

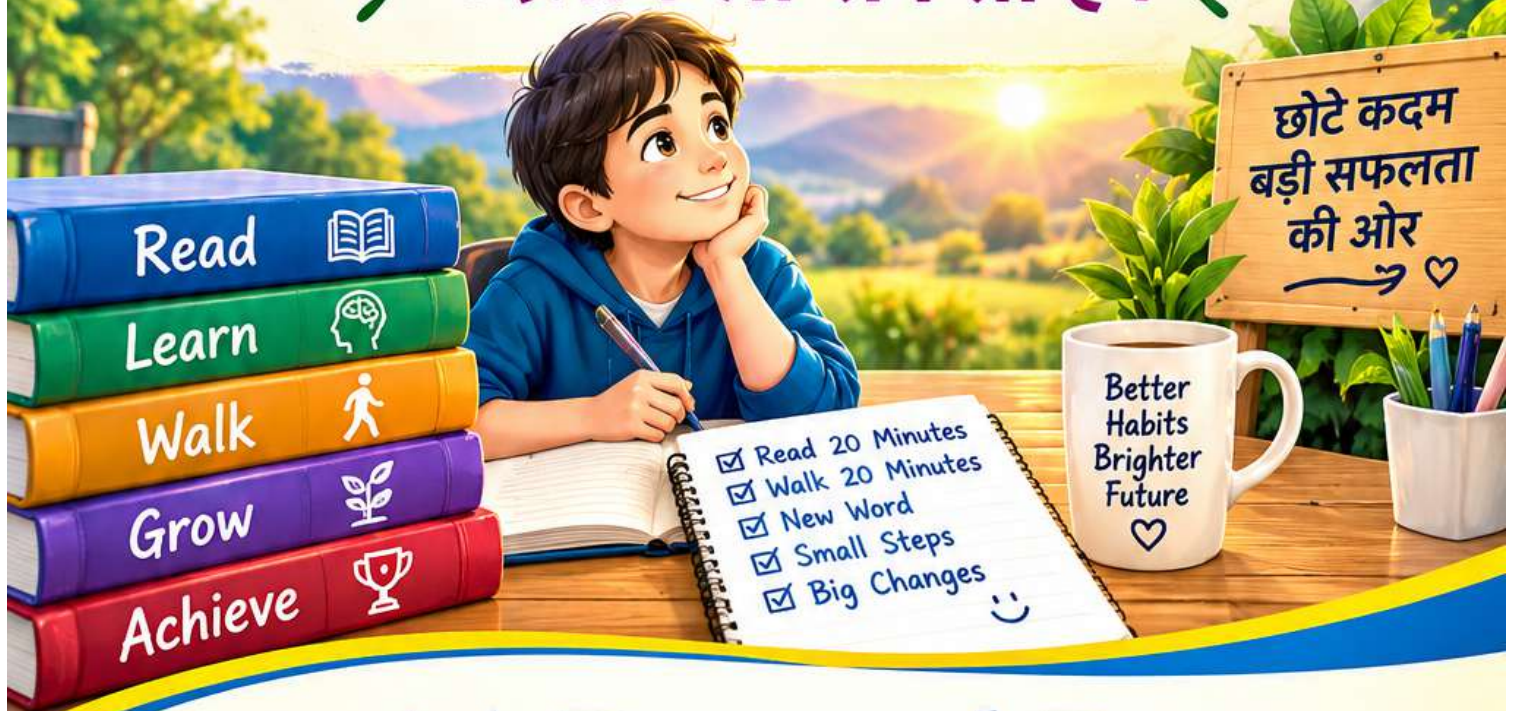


आज एक नया शब्द सीखना है।

छोटी-छोटी को जोड़ते जाइए।

यही छोटी आदतें आगे चलकर बड़ा

= बदलाव ला सकती हैं। =



Pen and Paper

— Educational and Financial —
Consultancy Services

खाली समय में करने लायक = 22 काम =

नंबर 14 -

अकेले बैठकर खुद से सवाल कीजिए!

- ? मैं जिंदगी में क्या चाहता हूं?
- ? मैं अभी कहां हूं?
- ? और मुझे आगे कहां पहुंचना है?

सोचिए...
समचिह्निए...
सही दिशा चुनिए...



इन सवालों के जवाब आपको अपनी
दिशा समझने में मदद कर सकते हैं!

सही सोच, उज्ज्वल भविष्य



अपने लक्ष्य निर्धारित करें



खुद को समझें



सही दिशा चुनें



सीखते रहें



अपने सपनों को पूरा करें



Goals



Planning



Action



Success



- ☒ मैं क्या चाहता हूं?
- ☒ मैं अभी कहां हूं?
- ☒ मेरा लक्ष्य क्या है?
- ☒ मुझे क्या करना है?
- ☒ मैं कर सकता हूं!



Dream
Plan
Achieve
♡

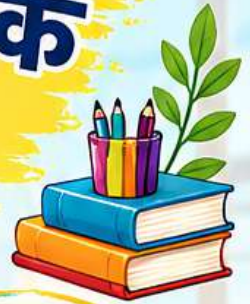


Pen and Paper

— Educational and Financial —
Consultancy Services



खाली समय में करने लायक 22 काम



सीखें
सोचें
बढ़ें...

नंबर 11 —

अपनी पुरानी पसंद को समझ
दीजिए।

- ? चीज बनाना पसंद है?
- 🎵 संगीत पसंद है?
- 📖 लिखना पसंद है?
- 👥 जिंदगी सिर्फ कमाने का नाम नहीं है।

अपने
रुचि को
अनुसरण करें
—
यही असली
खुशी है।



अपनी
रुचि पहचानें

अपने लक्ष्य
तय करें

नई चीजें
सीखें

खुश रहें

आत्मविश्वास
बढ़ाएँ



Pen and Paper
— Educational and Financial —
Consultancy Services