

2027

התכנון השנתי שלי

תכנון • מטרות • הרגלים • השראה

השם שלי: _____

liatofer.com | ליאת עופר

השנה במבט אחד

2027 • תשפ"ז – תשפ"ח

ינואר

א'	ב'	ג'	ד'	ה'	ו'	ש'
					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						

פברואר

א'	ב'	ג'	ד'	ה'	ו'	ש'
	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						

מרץ

א'	ב'	ג'	ד'	ה'	ו'	ש'
	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			

אפריל

א'	ב'	ג'	ד'	ה'	ו'	ש'
				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	

מאי

א'	ב'	ג'	ד'	ה'	ו'	ש'
						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					

יוני

א'	ב'	ג'	ד'	ה'	ו'	ש'
		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			

יולי

א'	ב'	ג'	ד'	ה'	ו'	ש'
				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**

אוגוסט

א'	ב'	ג'	ד'	ה'	ו'	ש'
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				

ספטמבר

א'	ב'	ג'	ד'	ה'	ו'	ש'
			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		

אוקטובר

א'	ב'	ג'	ד'	ה'	ו'	ש'
					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						

נובמבר

א'	ב'	ג'	ד'	ה'	ו'	ש'
	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				

דצמבר

א'	ב'	ג'	ד'	ה'	ו'	ש'
			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	

● מועדים מסומנים בעיגול צבעוני • רשימה מלאה בעמוד הבא

liatofer.com | ליאת עופר

חגים ומועדים 2027

לפי לוח השנה בישראל • חגים, צומות וימי זיכרון מתחילים בערב שלפני

תאריך	יום	תאריך עברי	מועד
23 בינואר	שבת	ט"ו בשבט	ט"ו בשבט
7 בפברואר	ראשון	ל' בשבט	יום המשפחה
22 במרץ	שני	י"ג באדר ב'	תענית אסתר
23 במרץ	שלישי	י"ד באדר ב'	פורים
24 במרץ	רביעי	ט"ו באדר ב'	שושן פורים
26 במרץ	שישי	י"ז באדר ב'	מעבר לשעון קיץ
17 באפריל	שבת	י' בניסן	יום העלייה
21 באפריל	רביעי	י"ד בניסן	ערב פסח
22 באפריל	חמישי	ט"ו בניסן	פסח (חג ראשון)
28 באפריל	רביעי	כ"א בניסן	שביעי של פסח
29 באפריל	חמישי	כ"ב בניסן	מימונה
4 במאי	שלישי	כ"ז בניסן	יום השואה
11 במאי	שלישי	ד' באייר	יום הזיכרון
12 במאי	רביעי	ה' באייר	יום העצמאות
25 במאי	שלישי	י"ח באייר	ל"ג בעומר
4 ביוני	שישי	כ"ח באייר	יום ירושלים
11 ביוני	שישי	ו' בסיוון	שבועות
22 ביולי	חמישי	י"ז בתמוז	צום י"ז בתמוז
12 באוגוסט	חמישי	ט' באב	תשעה באב
18 באוגוסט	רביעי	ט"ו באב	ט"ו באב
1 באוקטובר	שישי	כ"ט באלול	ערב ראש השנה
2 באוקטובר	שבת	א' בתשרי	ראש השנה תשפ"ח
4 באוקטובר	שני	ג' בתשרי	צום גדליה
10 באוקטובר	ראשון	ט' בתשרי	ערב יום כיפור
11 באוקטובר	שני	י' בתשרי	יום כיפור
16 באוקטובר	שבת	ט"ו בתשרי	סוכות (חג ראשון)
22 באוקטובר	שישי	כ"א בתשרי	הושענא רבה
23 באוקטובר	שבת	כ"ב בתשרי	שמחת תורה
31 באוקטובר	ראשון	ל' בתשרי	מעבר לשעון חורף
11 בנובמבר	חמישי	י"א בחשוון	יום הזיכרון לרבין
29 בנובמבר	שני	כ"ט בחשוון	חג הסיגד
24 בדצמבר	שישי	כ"ד בכסלו	חנוכה: הדלקת נר ראשון

liatofer.com | ליאת עופר

המטרות שלי ל־2027

מה אני רוצה לגדל, ללמוד ולהרגיש השנה?

המילה שלי לשנה



אישי והתפתחות

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

משפחה וזוגיות

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

בריאות וגוף

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

עבודה ולימודים

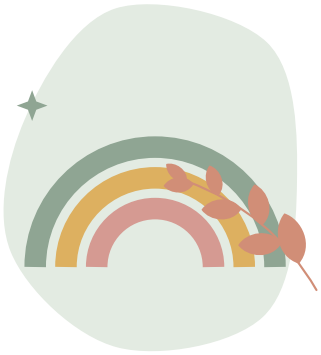
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

כסף וחיסכון

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

חוויות ומקומות

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]



ינואר

2027 • טבת – שבט תשפ"ז

ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי	שבת
					1 כ"ב	2 כ"ג
3 כ"ד	4 כ"ה	5 כ"ו	6 כ"ז	7 כ"ח	8 כ"ט	9 א' שבט ראש חודש שבט
10 ב'	11 ג'	12 ד'	13 ה'	14 ו'	15 ז'	16 ח'
17 ט'	18 י'	19 י"א	20 י"ב	21 י"ג	22 י"ד	23 ט"ו ט"ו בשבט
24 ט"ז	25 י"ז	26 י"ח	27 י"ט	28 כ'	29 כ"א	30 כ"ב
31 כ"ג						

המיקוד שלי החודש

- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____

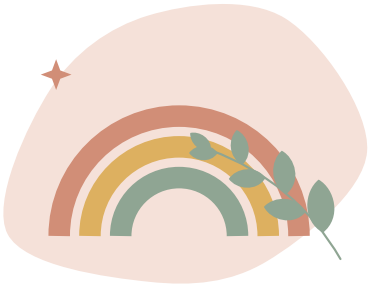
לא לשכוח

_____

_____

_____

_____



פברואר

2027 • שבט – אדר א׳ תשפ״ז

ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי	שבת
	1 כ״ד	2 כ״ה	3 כ״ו	4 כ״ז	5 כ״ח	6 כ״ט
7 כ׳ ראש חודש אדר א׳ יום המשפחה	8 א׳ אדר א׳ ראש חודש אדר א׳	9 ב׳	10 ג׳	11 ד׳	12 ה׳	13 ו׳
14 ז׳	15 ח׳	16 ט׳	17 י׳	18 י״א	19 י״ב	20 י״ג
21 י״ד	22 ט״ו	23 ט״ז	24 י״ז	25 י״ח	26 י״ט	27 כ׳
28 כ״א						

המיקוד שלי החודש

- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____

לא לשכוח

_____

_____

_____

_____

liatofer.com | ליאת עופר



מרץ

2027 • אדר א׳ – אדר ב׳ תשפ״ז

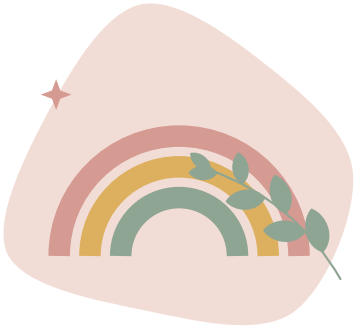
ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי	שבת
	1 כ״ב	2 כ״ג	3 כ״ד	4 כ״ה	5 כ״ו	6 כ״ז
7 כ״ח	8 כ״ט	9 ל׳ ראש חודש אדר ב׳	10 א׳ אדר ב׳ ראש חודש אדר ב׳	11 ב׳	12 ג׳	13 ד׳
14 ה׳	15 ו׳	16 ז׳	17 ח׳	18 ט׳	19 י׳	20 י״א
21 י״ב	22 י״ג תענית אסתר	23 י״ד פורים	24 ט״ו שושן פורים	25 ט״ז	26 י״ז מעבר לשעון קיץ	27 י״ח
28 י״ט	29 כ׳	30 כ״א	31 כ״ב			

המיקוד שלי החודש

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

לא לשכוח

ליאת עופר | liatofer.com



אפריל

2027 • אדר ב׳ – ניסן תשפ״ז

ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי	שבת
				1 כ״ג	2 כ״ד	3 כ״ה
4 כ״ו	5 כ״ז	6 כ״ח	7 כ״ט	8 א׳ ניסן ראש חודש ניסן	9 ב׳	10 ג׳
11 ד׳	12 ה׳	13 ו׳	14 ז׳	15 ח׳	16 ט׳	17 י׳ יום העלייה
18 י״א	19 י״ב	20 י״ג	21 י״ד ערב פסח	22 ט״ו פסח	23 ט״ז חול המועד פסח	24 י״ז חול המועד פסח
25 י״ח חול המועד פסח	26 י״ט חול המועד פסח	27 כ׳ חול המועד פסח	28 כ״א שביעי של פסח	29 כ״ב מימונה	30 כ״ג	

המיקוד שלי החודש

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

לא לשכוח

liatofer.com | ליאת עופר



מאי

2027 • ניסן – אייר תשפ"ז

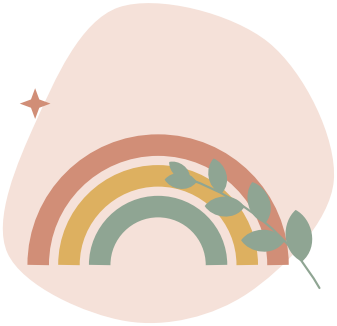
ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי	שבת
						1 כ"ד
2 כ"ה	3 כ"ו	4 כ"ז יום השואה	5 כ"ח	6 כ"ט	7 ל' ראש חודש אייר	8 א' אייר ראש חודש אייר
9 ב'	10 ג'	11 ד' יום הזיכרון	12 ה' יום העצמאות	13 ו'	14 ז'	15 ח'
16 ט'	17 י'	18 י"א	19 י"ב	20 י"ג	21 י"ד	22 ט"ו
23 ט"ז	24 י"ז	25 י"ח ל"ג בעומר	26 י"ט	27 כ'	28 כ"א	29 כ"ב
30 כ"ג	31 כ"ד					

המיקוד שלי החודש

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

לא לשכוח

liatofer.com | ליאת עופר



יוני

2027 • אייר – סיוון תשפ"ז

ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי	שבת
		1 כ"ה	2 כ"ו	3 כ"ז	4 כ"ח יום ירושלים	5 כ"ט
6 א' סיוון ראש חודש סיוון	7 ב'	8 ג'	9 ד'	10 ה' ערב שבועות	11 ו' שבועות	12 ז'
13 ח'	14 ט'	15 י'	16 י"א	17 י"ב	18 י"ג	19 י"ד
20 ט"ו	21 ט"ז	22 י"ז	23 י"ח	24 י"ט	25 כ'	26 כ"א
27 כ"ב	28 כ"ג	29 כ"ד	30 כ"ה			

המיקוד שלי החודש

- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____

לא לשכוח

_____

_____

_____

_____

liatofer.com | ליאת עופר



יולי

2027 • סיוון – תמוז תשפ"ז

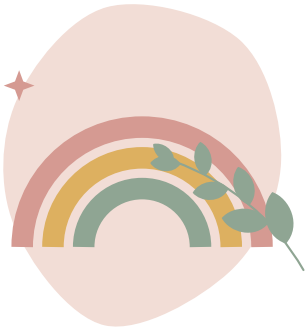
ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי	שבת
				1 כ"ו	2 כ"ז	3 כ"ח
4 כ"ט	5 ל' ראש חודש תמוז	6 א' תמוז ראש חודש תמוז	7 ב'	8 ג'	9 ד'	10 ה'
11 ו'	12 ז'	13 ח'	14 ט'	15 י'	16 י"א	17 י"ב
18 י"ג	19 י"ד	20 ט"ו	21 ט"ז	22 י"ז צום י"ז בתמוז	23 י"ח	24 י"ט
25 כ'	26 כ"א	27 כ"ב	28 כ"ג	29 כ"ד	30 כ"ה	31 כ"ו

המיקוד שלי החודש

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

לא לשכוח

liatofer.com | ליאת עופר



אוגוסט

2027 • תמוז – אב תשפ"ז

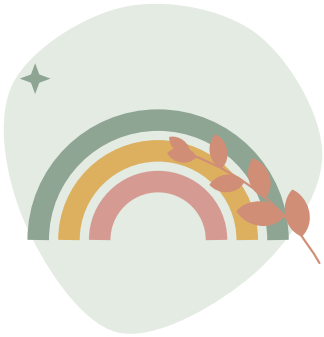
ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי	שבת
1 כ"ז	2 כ"ח	3 כ"ט	4 א' אב ראש חודש אב	5 ב'	6 ג'	7 ד'
8 ה'	9 ו'	10 ז'	11 ח' ערב תשעה באב	12 ט' תשעה באב	13 י'	14 י"א
15 י"ב	16 י"ג	17 י"ד	18 ט"ו ט"ו באב	19 ט"ז	20 י"ז	21 י"ח
22 י"ט	23 כ'	24 כ"א	25 כ"ב	26 כ"ג	27 כ"ד	28 כ"ה
29 כ"ו	30 כ"ז	31 כ"ח				

המיקוד שלי החודש

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

לא לשכוח

liatofer.com | ליאת עופר



ספטמבר

2027 • אב – אלול תשפ"ז

ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי	שבת
			1 כ"ט	2 ל' ראש חודש אלול	3 א' אלול ראש חודש אלול	4 ב'
5 ג'	6 ד'	7 ה'	8 ו'	9 ז'	10 ח'	11 ט'
12 י'	13 י"א	14 י"ב	15 י"ג	16 י"ד	17 ט"ו	18 ט"ז
19 י"ז	20 י"ח	21 י"ט	22 כ'	23 כ"א	24 כ"ב	25 כ"ג
26 כ"ד	27 כ"ה	28 כ"ו	29 כ"ז	30 כ"ח		

המיקוד שלי החודש

- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____

לא לשכוח

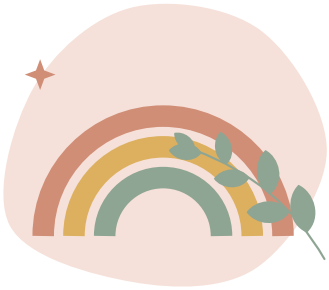
_____

_____

_____

_____

liatofer.com | ליאת עופר



אוקטובר

2027 • אלול תשפ"ז – תשרי תשפ"ח

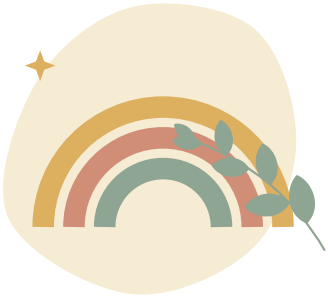
ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי	שבת
					1 כ"ט ערב ראש השנה	2 א' תשרי ראש השנה
3 ב' ראש השנה	4 ג' צום גדליה	5 ד'	6 ה'	7 ו'	8 ז'	9 ח'
10 ט' ערב יום כיפור	11 י' יום כיפור	12 י"א	13 י"ב	14 י"ג	15 י"ד ערב סוכות	16 ט"ו סוכות
17 ט"ז חול המועד סוכות	18 י"ז חול המועד סוכות	19 י"ח חול המועד סוכות	20 י"ט חול המועד סוכות	21 כ' חול המועד סוכות	22 כ"א הושענא רבה	23 כ"ב שמחת תורה
24 כ"ג	25 כ"ד	26 כ"ה	27 כ"ו	28 כ"ז	29 כ"ח	30 כ"ט
31 ל' מעבר לשעון חורף ראש חודש חשון						

המיקוד שלי החודש

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

לא לשכוח

liatofer.com | ליאת עופר



נובמבר

2027 • חשוון תשפ"ח

ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי	שבת
	1 א' חשוון ראש חודש חשוון	2 ב'	3 ג'	4 ד'	5 ה'	6 ו'
7 ז'	8 ח'	9 ט'	10 י'	11 י"א יום הזיכרון לרבין	12 י"ב	13 י"ג
14 י"ד	15 ט"ו	16 ט"ז	17 י"ז	18 י"ח	19 י"ט	20 כ'
21 כ"א	22 כ"ב	23 כ"ג	24 כ"ד	25 כ"ה	26 כ"ו	27 כ"ז
28 כ"ח	29 כ"ט חג הסיגד	30 ל' ראש חודש כסלו				

המיקוד שלי החודש

- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____
- [ ] _____

לא לשכוח

_____

_____

_____

_____

liatofer.com | ליאת עופר

דצמבר

2027 • כסלו – טבת תשפ"ח

ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי	שבת
			1 א' כסלו ראש חודש כסלו	2 ב'	3 ג'	4 ד'
5 ה'	6 ו'	7 ז'	8 ח'	9 ט'	10 י'	11 י"א
12 י"ב	13 י"ג	14 י"ד	15 ט"ו	16 ט"ז	17 י"ז	18 י"ח
19 י"ט	20 כ'	21 כ"א	22 כ"ב	23 כ"ג	24 כ"ד נר ראשון של חנוכה	25 כ"ה חנוכה
26 כ"ו חנוכה	27 כ"ז חנוכה	28 כ"ח חנוכה	29 כ"ט חנוכה	30 ל' ראש חודש טבת חנוכה	31 א' טבת ראש חודש טבת חנוכה	

המיקוד שלי החודש

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

לא לשכוח

liatofer.com | ליאת עופר

השבוע שלי

שבוע של: _____



ראשון
תאריך: _____

שני
תאריך: _____

שלישי
תאריך: _____

רביעי
תאריך: _____

חמישי
תאריך: _____

שישי
תאריך: _____

שבת

משימות לשבוע

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

היום שלי

תאריך:

ש׳ ו׳ ה׳ ד׳ ג׳ ב׳ א׳

לוח זמנים

06:00
07:00
08:00
09:00
10:00
11:00
12:00
13:00
14:00
15:00
16:00
17:00
18:00
19:00
20:00
21:00
22:00

שלושת הדברים החשובים היום

1
2
3

משימות

- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]
- [ ]

שתייה



מצב רוח:

על מה אני מודה היום



liatofer.com | ליאת עופר

מעקב הרגלים

חודש:

צובעים משבצת בכל יום שבו ההרגל קרה. לא צריך שלמות, רק להמשיך.

ההרגל	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

מה עזר לי להתמיד החודש?

סיכום השנה

רגע לעצור, להסתכל אחורה ולהעריך את הדרך



הרגעים הכי טובים שלי השנה

משהו חדש שלמדתי על עצמי

הצלחה שאני גאה בה

מה אני משחררת ולא לוקחת איתי

מה אני מאחלת לעצמי לשנה הבאה

רעיונות והערות