

Годы	Сколько мне (нам) будет лет	Приоритеты	Спорт / Здоровье	Деньги / карьера / собственное дело / дополнительный заработок	Семья / Родные / Друзья	Умственное развитие	Стиль жизни (где и как живем, автомобили, путешествия, одежда, покупки, кафе, рестораны, хобби и пр.)	Духовное развитие (для верующих и неверующих)	
Через 20-50 лет _____									<p>Напишите в этой строке, по каждой колонке, как бы вы хотели, чтобы выглядела ваша жизнь через 20-30-50 лет. Напишите, как бы вы хотели, чтобы вас запомнили ваши дети и внуки. Чего бы хотели добиться, чтобы вы гордились собой? ("Вы" - это семья)</p> <p>Далее идите вниз, "разматывайте" ваши цели и мечты вниз, до текущего года. Т.е. что нужно сделать в эти периоды, чтобы добиться финальных целей.</p>
Через 11-20 лет _____									
Через 5-10 лет _____									
Через 2-4 года _____									
текущий год _____									<p>Что мы, как семья, должны сделать в этом году, чтобы приблизиться к целям, указанным в вышестоящих строчках (годах)?</p>

Таблица постановки жизненных и финансовых целей - пример с жизненными приоритетами для каждого возраста

Годы	Сколько мне (нам) будет лет	Примеры приоритетов	Спорт / Здоровье	Деньги / карьера / собственное дело / дополнительный заработок	Семья / Родные / Друзья	Умственное развитие	Стиль жизни (где и как живем, автомобили, путешествия, одежда, покупки, кафе, рестораны, хобби и пр.)	 Духовное развитие (для верующих и неверующих)
	64 и далее	<ul style="list-style-type: none"> • полная финансовая независимость • хорошее здоровье • внуки • путешествия • свой дом и огород • хобби 						
	44 - 63	<ul style="list-style-type: none"> • высшее образование детей • формирование сбережений и работающих на нас инвестиций • свадьбы детей 						
	34 - 43	<ul style="list-style-type: none"> • формирование семьи • рождение и воспитание детей • карьера / зарабатывание денег • свое жильё • учимся инвестировать • пробуем своё дело 						
	31 - 33	<ul style="list-style-type: none"> • формирование семьи • рождение и воспитание детей • карьера / зарабатывание денег • покупка авто 						
	30	<ul style="list-style-type: none"> • формирование семьи • рождение детей • карьера / зарабатывание денег 						



Год	Сколько мне (нам) будет лет	Приоритеты	Спорт / Здоровье	Деньги / карьера / собственное дело / дополнительный заработок	Семья / Родные / Друзья	Умственное развитие	Стиль жизни (где и как живем, автомобили, путешествия, одежда, покупки, кафе, рестораны, хобби и пр.)	Духовное развитие (для верующих и неверующих)
	64 и далее	<ul style="list-style-type: none"> финансовая независимость здоровье внуки путешествия свой дом и огород 	<ul style="list-style-type: none"> мы здоровы, ведем очень здоровый образ жизни и наслаждаемся им, а не напрягаемся! мы каждый день занимаемся спортом! мы можем себе позволить здорово питаться и достойное мед. обслуживание 	<ul style="list-style-type: none"> мы не являемся для детей обузой и наоборот можем помогать им наши активы и доходы генерируют достаточно денег, чтобы не зависеть от государства и детей и жить, пусть не богато, но достойно! Наши чистые активы превышают \$X 	<ul style="list-style-type: none"> Наша семья крепкая и полна любви, взаимопонимания и взаимоуважения! мы постоянно общаемся с детьми и внуками мы общаемся со своими друзьями, ходим вместе в кино, театр, на концерты и пр. наши дети умеют жить без долгов! Умеют откладывать деньги, чтобы достигать долгосрочных целей! Они не ведут жизнь животного, гоняясь за более дорогими вещами. Они умеют быть счастливыми с тем, что имеют у нас честные, благодарные, неизбалованные и трудолюбивые дети, умеющие зарабатывать на жизнь и тратить деньги с умом у детей отличное образование наши дети не могут жить и дня без спорта и ведут здоровый образ жизни! 	<ul style="list-style-type: none"> мы читаем по 20-25 книг в год мы посещаем интересные лекции и мероприятия мы пожинаем плоды решений, которые мы принимали всю жизнь и это отличные плоды! 	<ul style="list-style-type: none"> мы с супругом живем, где хотим мы можем путешествовать, хотя бы раз в год мы общаемся с детьми и внуками и у нас прекрасные отношения мы можем позволить себе здоровую еду мы можем позволить себе мед. обслуживание мы можем заниматься хобби Жизнь не заканчивается! А начинается новый, интересный этап жизни! 	<ul style="list-style-type: none"> мы в гармонии с Богом, миром, семьей, совестью, свои телом и душой! никому ничего не должны, ни морально, ни материально! мы можем быть счастливыми, имея то, что имеем и никогда не сравниваем себя ни с кем! мы помогаем в меру сил тем, кто нуждается в нашей помощи.
	44 - 63	<ul style="list-style-type: none"> высшее образование детей сбережения и работающие на нас инвестиции свадьбы детей 	сюда вписываем цели этого периода жизни и действия необходимые, чтобы этих целей достичь	сюда вписываем цели этого периода жизни и действия необходимые, чтобы этих целей достичь <ul style="list-style-type: none"> Наши чистые активы превышают \$X 	сюда вписываем цели этого периода жизни и действия необходимые, чтобы этих целей достичь <ul style="list-style-type: none"> дети поступают в институт 	сюда вписываем цели этого периода жизни и действия необходимые, чтобы этих целей достичь	сюда вписываем цели этого периода жизни и действия необходимые, чтобы этих целей достичь <ul style="list-style-type: none"> отправляемся в кругосветное путешествие! 	сюда вписываем цели этого периода жизни и действия необходимые, чтобы этих целей достичь
	34 - 43	<ul style="list-style-type: none"> формирование семьи рождение детей карьера свое жильё покупка авто инвестиции воспитание детей 	сюда вписываем цели этого периода жизни и действия необходимые, чтобы этих целей достичь	сюда вписываем цели этого периода жизни и действия необходимые, чтобы этих целей достичь <ul style="list-style-type: none"> научиться зарабатывать на своих сбережениях доходность более высокую, чем на банковских депозитах Наши чистые активы превышают \$X 	сюда вписываем цели этого периода жизни и действия необходимые, чтобы этих целей достичь <ul style="list-style-type: none"> готовим детей к поступлению (репетиторы, курсы, финансовый запас и пр.) 	сюда вписываем цели этого периода жизни и действия необходимые, чтобы этих целей достичь	сюда вписываем цели этого периода жизни и действия необходимые, чтобы этих целей достичь <ul style="list-style-type: none"> покупаем свое жильё (без кредита)!!! дети поступают в институт 	сюда вписываем цели этого периода жизни и действия необходимые, чтобы этих целей достичь
	31 - 33	<ul style="list-style-type: none"> формирование семьи рождение детей карьера свое жильё 	сюда вписываем цели этого периода жизни и действия необходимые, чтобы этих целей достичь	сюда вписываем цели этого периода жизни и действия необходимые, чтобы этих целей достичь <ul style="list-style-type: none"> найти работу с доходом в \$X в мес. продолжать откладывать по 20% всех доходов. Наши чистые активы превышают \$X 	сюда вписываем цели этого периода жизни и действия необходимые, чтобы этих целей достичь <ul style="list-style-type: none"> начать пробовать зачать ребенка. Начать заранее готовиться к этому событию финансово! (открыть сет и откладывать \$x в мес.) 	сюда вписываем цели этого периода жизни и действия необходимые, чтобы этих целей достичь	сюда вписываем цели этого периода жизни и действия необходимые, чтобы этих целей достичь <ul style="list-style-type: none"> переехать в другой город / лучший район 	сюда вписываем цели этого периода жизни и действия необходимые, чтобы этих целей достичь
	30	<ul style="list-style-type: none"> формирование семьи рождение детей карьера 	<ul style="list-style-type: none"> записаться в спортзал / на танцы и пр. и начать ходить мин. 2 раза в неделю утренняя зарядка - 5 раз в неделю (или мин. 3км в день) не пользоваться лифтом до 3-го этажа - вверх и вниз станан воды перед едой отказаться от газ. напитков здоровый завтрак каждый день перестать лопать за 4 часа до сна 	<ul style="list-style-type: none"> пойти на курсы повышения квалификации найти вторую работу / заработок начать вести бюджет и раз в месяц обсуждать его с супругом. следовать бюджету!!!! откладываем 20% всех доходов на отдельный счет в банке. начинаем откладывать по \$x в мес. на покупку своего жилья откладываем по \$y в мес. на отпуск на море 	<ul style="list-style-type: none"> раз в месяц приглашать супруга в кафе каждый день говорить и делать любимому человеку что-то приятное (цветок, объятие, поцелуй, комплимент, помощь по дому, массаж и пр.) раз в 1-2-3 недели звонить своим родителям и родителям супруга и разговаривать с ними раз в неделю звонить одному своему другу 	<ul style="list-style-type: none"> слушать 1 подкаст или лекцию (напр., в youtube) в день читать 10 страниц в день (худож., образоват., развивающ. литературу) ограничить зомбоящик (телевизор) 30 минутами в день раз в мес. ходить на бесплатную лекцию и т.д. 	<ul style="list-style-type: none"> этот год живем там, где живем, но начинаем копить на 1-й взнос продаем 2-й автомобиль и откладываем деньги, к-е раньше шли на него (обслуж. страховка, бензин и пр.) в сбережения на покупку квартиры 	<ul style="list-style-type: none"> в здоровом теле - здоровый дух! Смотри первый столбец! читать 10 страниц в неделю про религию, медитацию, йогу и все, что вам близко и связано с понятием "дух, духовность, развитие духа" и пр. говорить вслух (напр. за ужином) слова благодарности Богу (для верующих), жизни, вселенной, удаче, своей семье, кому угодно, за всё, что у вас есть! 30 минут в неделю на прогулке с самим собой, на природе, в парке и пр. чтобы очистить голову и подумать на любые темы больше улыбаться. Улыбка (даже механическая) бодрит, поднимает настроение и поддерживает позитивный дух и настрой. Начать с ежедневного упражнения перед зеркалом, до выхода на работу. :)