



Bullet Journal

ШАБЛОНЫ!

СПИСКИ!

ТРЕКЕРЫ!

Более 100 чистых страниц в точку!





СОДЕРЖАНИЕ

| | | | |
|---|---|----|---|
| ● | Введение | 4 | |
| | Условные обозначения | 5 | ● |
| | Декоративные элементы для украшения страниц | 6 | |
| | Важные даты | 10 | |
| | Мои контакты | 12 | ● |
| ● | Мои идеи | 14 | |
| | Что посмотреть | 16 | ● |
| ● | Что почитать | 18 | |
| | Полезные ресурсы | 20 | ♡ |
| | Wish List | 22 | |
| | Трекер здоровья | 24 | |
| ★ | Трекер настроения | 25 | |
| | Цели и планы на год | 26 | ★ |
| | Цели и планы на месяц | 28 | |
| | Оформление недельной сетки | 30 | |
| ● | Шаблон 1 | 30 | |
| | Шаблон 2 | 31 | ♡ |
| | Шаблон 3 | 32 | |
| ♡ | Шаблон 4 | 34 | |
| | Шаблон 5 | 36 | |
| | Шаблон 6 | 38 | ♡ |
| ✿ | Шаблон 7 | 40 | |

ВВЕДЕНИЕ

Вы держите в руках уникальный блокнот, который можно использовать не только как планер, но и как личный дневник. Здесь нет строгих правил! Фиксируйте в *bullet*-ежедневнике самые разные вещи: рабочие задачи, контакты, личные планы и цели, идеи и желания, состояние здоровья и настроения, списки фильмов, книг и др. Пользуясь удобными условными обозначениями и символами, вы сможете конкретизировать цели и расставить приоритеты. Такой способ помогает творчески подойти к организации дел, быстро найти нужную информацию, а главное – создать собственную, удобную лично вам систему ведения ежедневника.

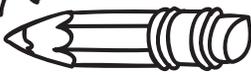
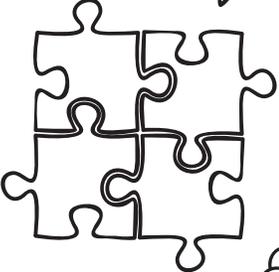
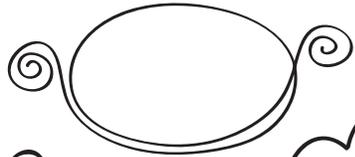
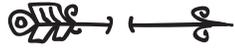
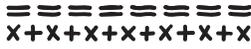
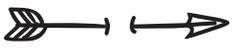
В начале *bullet*-ежедневника собраны шаблоны для различных блоков: варианты недельной сетки для планера, всевозможные списки, трекеры и декоративные элементы, которыми можно украсить странички с записями.

За шаблонами следует более 100 страниц с удобной линовкой в точку, которая трансформируется и в линейку, и в клетку. Используйте для заполнения пустых страниц готовые шаблоны или придумайте свой дизайн (можно не один!) для их оформления.

Пишите цветными ручками и маркерами, украшайте свой ежедневник рисунками, наклейками и даже фотографиями. Подстраивайте его под себя, превращая в незаменимого помощника и вдохновителя!

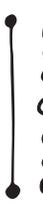
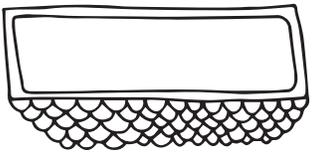
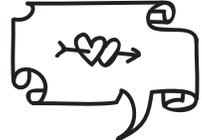
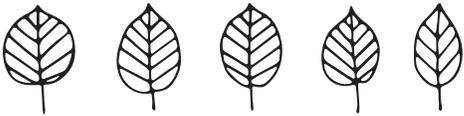
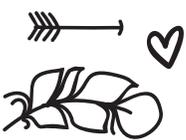
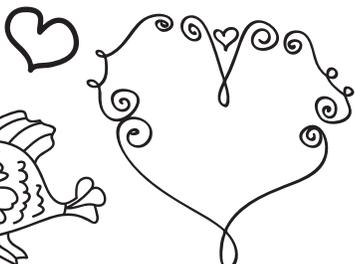
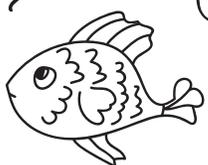
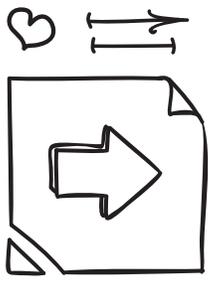
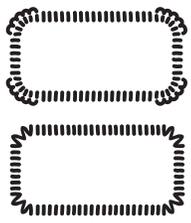


ДЕКОРАТИВНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ
ДЛЯ УКРАШЕНИЯ СТРАНИЦ





Используйте представленные рисунки для оформления своих записей и создания особого настроения!



Дни недели

□ Понедельник

□ Вторник

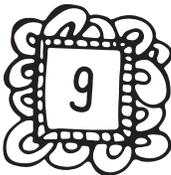
□ Среда

□ Четверг

□ Пятница

□ Суббота

□ Воскресенье





ВАЖНЫЕ ДАТЫ



Январь

| | |
|----|-------|
| 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 | _____ |

Февраль

| | |
|----|-------|
| 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 | _____ |

Март

| | |
|----|-------|
| 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 | _____ |

Июль

| | |
|----|-------|
| 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 | _____ |

Август

| | |
|----|-------|
| 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 | _____ |

Сентябрь

| | |
|----|-------|
| 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 | _____ |



Запишите даты рождения родных и близких, важных встреч и прочих знаменательных для вас событий.



Апрель

| | |
|----|-------|
| 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 | _____ |

Май

| | |
|----|-------|
| 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 | _____ |

Июнь

| | |
|----|-------|
| 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 | _____ |

Октябрь

| | |
|----|-------|
| 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 | _____ |

Ноябрь

| | |
|----|-------|
| 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 | _____ |

Декабрь

| | |
|----|-------|
| 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 | _____ |



МОИ КОНТАКТЫ

Выпишите все важные контакты, чтобы при любых обстоятельствах вы могли связаться с нужным человеком или организацией.

☎ -----
@ -----
✉ -----

☎ -----
@ -----
✉ -----

☎ -----
@ -----
✉ -----

☎ -----
@ -----
✉ -----

☎ -----
@ -----
✉ -----

☎ -----
@ -----
✉ -----

☎ -----
@ -----
✉ -----

☎ -----
@ -----
✉ -----

☎ -----
@ -----
✉ -----





☎
@
✉

☎
@
✉

☎
@
✉

☎
@
✉

☎
@
✉

☎
@
✉

☎
@
✉

☎
@
✉

☎
@
✉

