



# 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	



На пустых строчках напишите заголовки страниц, которые вы придумали и сами оформили, а также номера страниц, на которых они находятся.

.....



.....

.....



.....

.....

.....



.....

.....



.....



.....

.....



.....



.....

.....

.....



.....



.....

.....



.....

.....



.....



## 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.

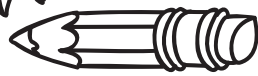
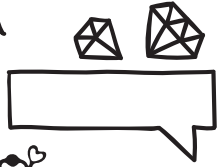
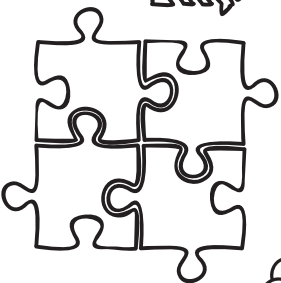
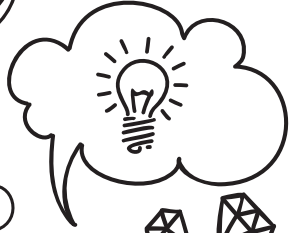
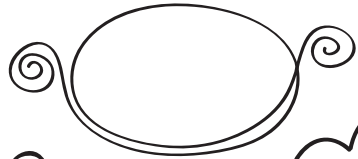
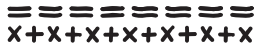
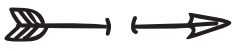
За шаблонами следует более 100 страниц с удобной линовкой в точку, которая трансформируется и в линейку, и в клетку. Используйте для заполнения пустых страниц готовые шаблоны или придумайте свой дизайн (можно не один!) для их оформления.

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



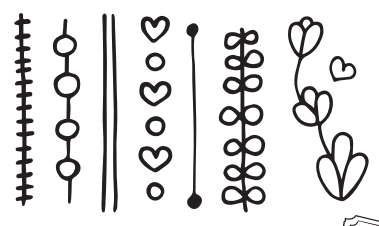
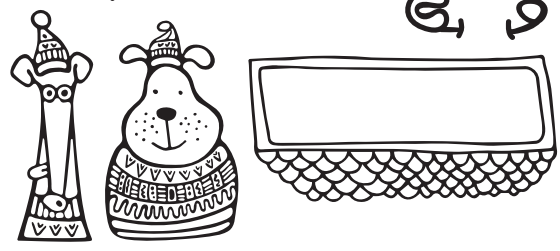
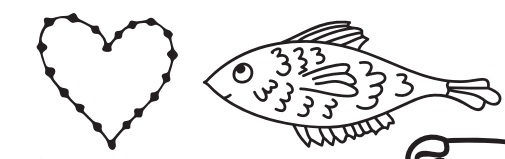
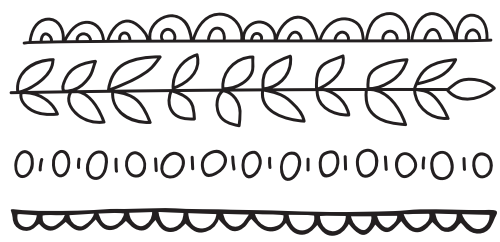
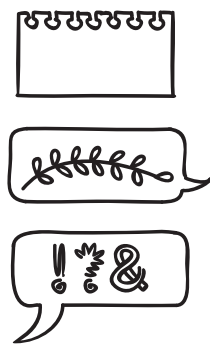
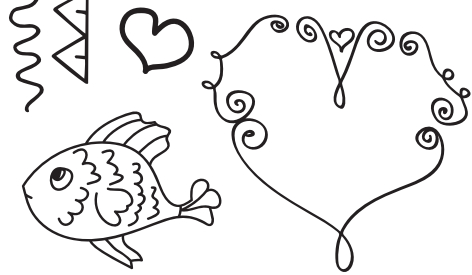
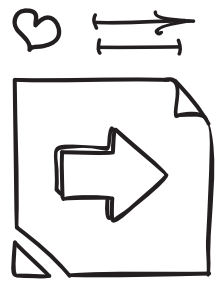
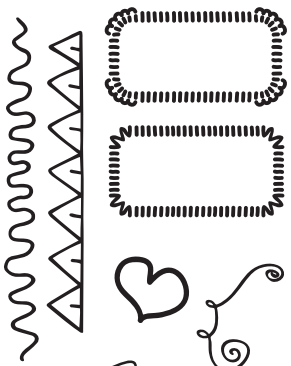


ДЕКОРАТИВНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ  
ДЛЯ УКРАШЕНИЯ СТРАНИЦ





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



# Дни недели

□ Понедельник

□ Вторник

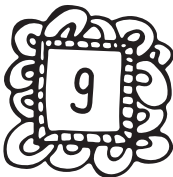
□ Среда

□ 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	_____



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

-----  
☎ -----  
@ -----  
✉ -----

-----  
☎ -----  
@ -----  
✉ -----

-----  
☎ -----  
@ -----  
✉ -----

-----  
☎ -----  
@ -----  
✉ -----

-----  
☎ -----  
@ -----  
✉ -----

-----  
☎ -----  
@ -----  
✉ -----

-----  
☎ -----  
@ -----  
✉ -----

-----  
☎ -----  
@ -----  
✉ -----

-----  
☎ -----  
@ -----  
✉ -----





-----  
-----  
-----  
-----

☎  
@  
✉

-----  
-----  
-----  
-----

☎  
@  
✉

-----  
-----  
-----  
-----

☎  
@  
✉

-----  
-----  
-----  
-----

☎  
@  
✉

-----  
-----  
-----  
-----

☎  
@  
✉

-----  
-----  
-----  
-----

☎  
@  
✉

-----  
-----  
-----  
-----

☎  
@  
✉

-----  
-----  
-----  
-----

☎  
@  
✉

-----  
-----  
-----  
-----

☎  
@  
✉

