



Каждый может **ВСЕ**,  
но не знает, с чего начать.

Начни с

## **ведения блокнота!**

Записывай свои цели и мечты.

Следи за своими успехами.

Вдохновляйся и твори.

Не бойся начинать новое!

## **ПРАВИЛА ВЕДЕНИЯ:**

- никаких правил
- никаких запретов
- пиши, рисуй и делай  
все, что хочешь

Начало

ИНОГДА ХОЧЕТСЯ БРОСИТЬ  
ВСЕ И НАЧАТЬ ЖИЗНЬ  
С ЧИСТОГО ЛИСТА

тот самый лист, с которого  
нужно все начать





# СПИСОК ХОРОШИХ ВЕЩЕЙ



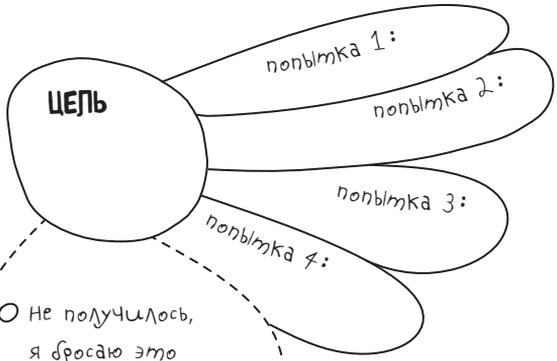
приятные и  
радостные  
события этого  
дня/года/месяца

КОЛЛЕКЦИОНИРУЙ

# ДЕЛА, КОТОРЫЕ НЕОБХОДИМО СДЕЛАТЬ

фавориты  
этого месяца

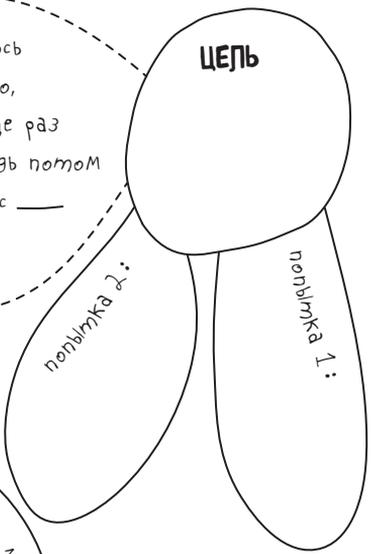
напоминания



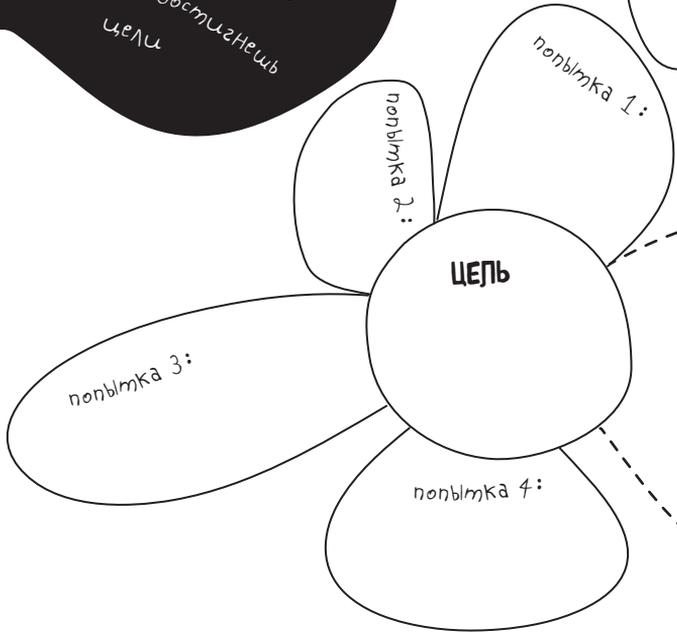
- Не получилось, я бросаю это
- попробую еще раз когда-нибудь потом
- получилось с \_\_\_\_\_ попытки

# ПОПЫТКА НЕ ПЫТКА! НЕ БОЙСЯ ПЫТАТЬСЯ

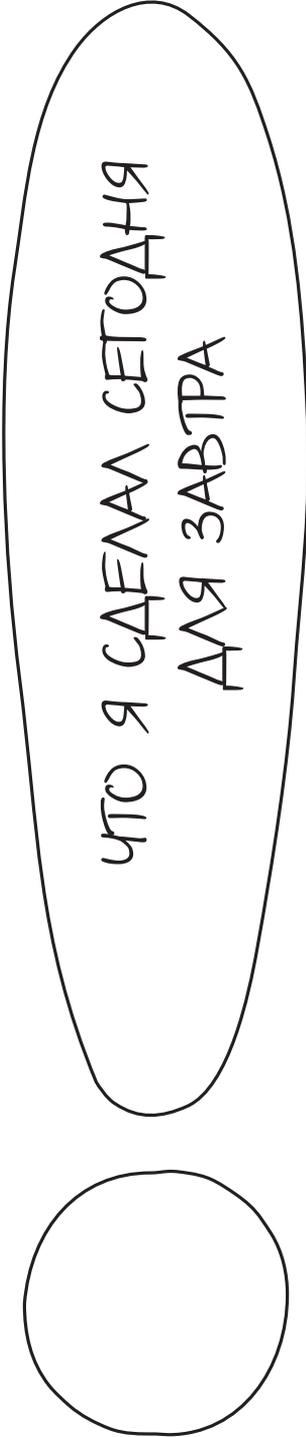
- Не получилось я бросаю это,
- попробую еще раз когда-нибудь потом
- получилось с \_\_\_\_\_ попытки



Не расстраивайся, если не получилось с первого раза, меняй тактику и подходы, пробуй, делай выводы и пробуй снова пока не достигнешь цели.



- Не получилось, я бросаю это
- попробую еще раз когда-нибудь потом
- получилось с \_\_\_\_\_ попытки



ЧТО Я СДЕЛАЛА СЕГОДНЯ  
ДЛЯ ЗАВТРА

# Сегодня отличный день, чтобы:

- веселиться
- позрустить
- отдохнуть
- гулять
- заняться собой
- 

свой вариант