

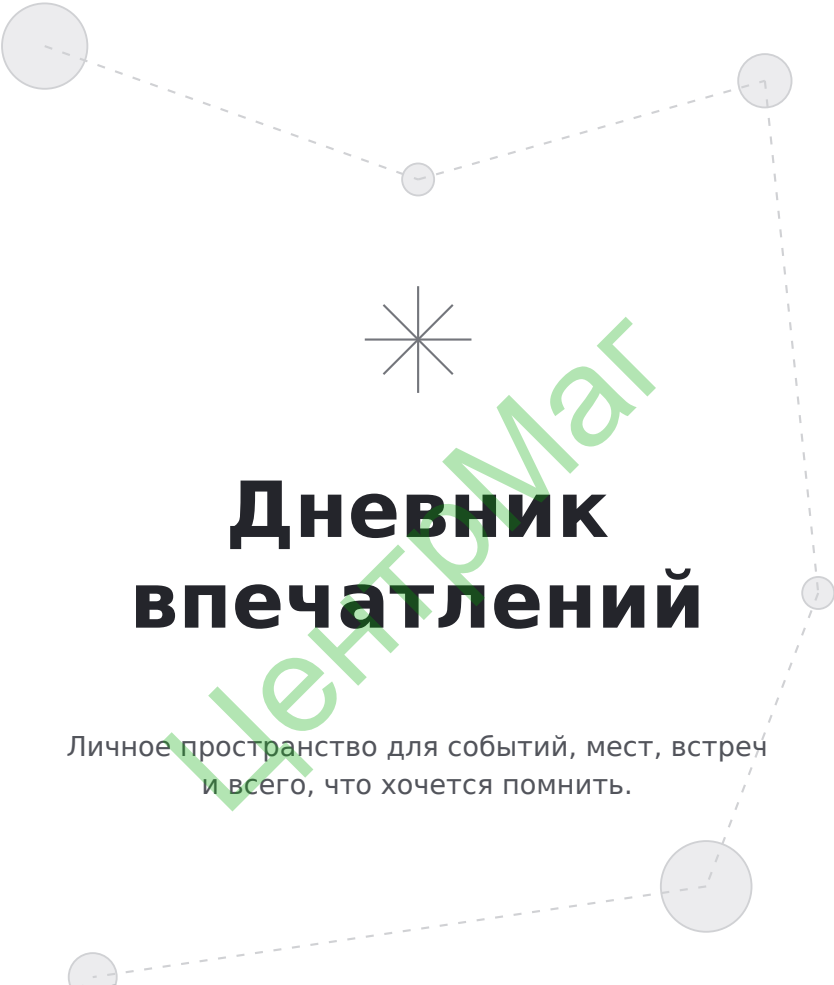
[Купить Дневник впечатлений. Замечать. Сохранять. Возвращаться](#)

ДНЕВНИК ВПЕЧАТЛЕНИЙ

Замечать. Сохранять. Возвращаться.



ЦентрМаг



Дневник впечатлений

Личное пространство для событий, мест, встреч
и всего, что хочется помнить.

ЭТОТ ДНЕВНИК ПРИНАДЛЕЖИТ _____

Как пользоваться



1

ЗАМЕТЬ

Запиши первое чувство, пока оно ещё живое.

2

РАЗВЕРНИ

Добавь детали: звуки, цвета, людей, неожиданности.

3

СОХРАНИ

Приклей билет, нарисуй маршрут или оставь знак.

4

ВЕРНИСЬ

Через день или неделю допиши, что осталось с тобой.

ГЛАВНОЕ ПРАВИЛО

Здесь нет правильных ответов. Достаточно одной честной детали.

УСЛОВНЫЕ ЗНАКИ

Мой язык впечатлений



ОБЩАЯ ОЦЕНКА



1 - тихо
5 - вау

НАСТРОЕНИЕ ДО / ПОСЛЕ

1

спокойно

2

интерес

3

радость

4

восторг

5

мурашки

МОИ КАТЕГОРИИ

☐ искусство☐ музыка☐ кино☐ книги☐ места☐ еда☐ встречи☐ поездки☐ обучение☐ другое

ОГЛАВЛЕНИЕ

Навигатор впечатлений



Заполняй по мере появления новых записей.

№	ЧТО / ГДЕ	ДАТА	СТР.
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			

СПИСОК ЖЕЛАНИЙ

Куда тянет



УВИДЕТЬ

выставки, спектакли, кино, архитектура

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

УСЛЫШАТЬ

концерты, лекции, живые голоса

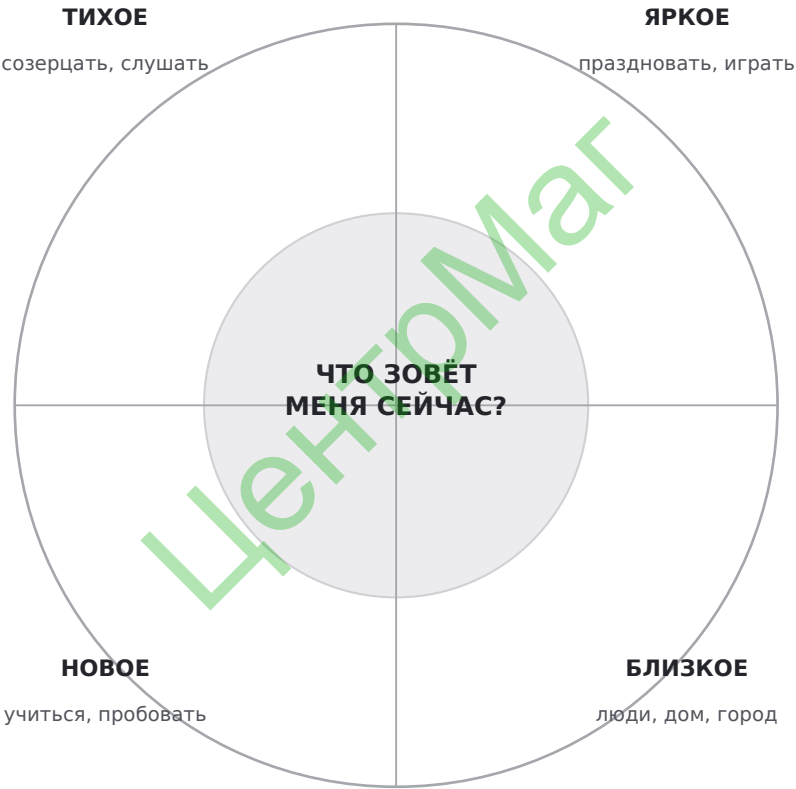
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

ПОПРОБОВАТЬ

вкусы, занятия, новые форматы

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

Карта любопытства



Поставь точки в секторах и добавь свои идеи прямо на круге.

ЛИЧНАЯ НАСТРОЙКА

Что для меня важно



Выбери критерии, по которым ты хочешь замечать свои впечатления.
Можно дописать свои.

☐ эмоциональная силаважно ☐ ☐ ☐☐ новизнаважно ☐ ☐ ☐☐ атмосфераважно ☐ ☐ ☐☐ людиважно ☐ ☐ ☐☐ красота деталейважно ☐ ☐ ☐☐ смыслважно ☐ ☐ ☐☐ комфортважно ☐ ☐ ☐☐ желание вернутьсяважно ☐ ☐ ☐**МОЙ КРИТЕРИЙ**

СНИМОК МОМЕНТА

Впечатление 01



НАЗВАНИЕ / СОБЫТИЕ

МЕСТО

ДАТА

С КЕМ

КАТЕГОРИЯ

☐ место

☐ событие

☐ искусство

☐ вкус

☐ встреча

☐ другое

ОЖИДАНИЕ В ОДНОЙ ФРАЗЕ

ПЕРВОЕ ЧУВСТВО

НАСТРОЕНИЕ ДО

○ ○ ○ ○ ○

НАСТРОЕНИЕ ПОСЛЕ

○ ○ ○ ○ ○

ВПЕЧАТЛЕНИЕ 01

Пять чувств

**УВИДЕЛ(А)**

Какая деталь осталась перед глазами?

УСЛЫШАЛ(А)

Звук, голос, музыка или тишина

ПОЧУВСТВОВАЛ(А)

Температура, движение, текстура

ВКУС / ЗАПАХ

Что создавало атмосферу?

ЦВЕТ И РИТМ

Если бы момент был палитрой или темпом



Самая маленькая деталь часто становится главным якорем памяти.

История момента



С ЧЕГО ВСЁ НАЧАЛОСЬ



ПИК МОМЕНТА



НЕОЖИДАННОСТЬ



ФРАЗА ИЛИ ДЕТАЛЬ

ОДНО ПРЕДЛОЖЕНИЕ, КОТОРОЕ СОХРАНИТ ВСЁ

ВПЕЧАТЛЕНИЕ 01

Следы и память



ФОТО / БИЛЕТ / ЭТИКЕТКА

ТРИ СЛОВА

1

2

3

НАБРОСОК / МАРШРУТ / СИМВОЛ

ЧТО ПОМОЖЕТ ВСПОМНИТЬ ЭТОТ МОМЕНТ ЧЕРЕЗ ГОД?

Моя оценка



ПЯТЬ ИЗМЕРЕНИЙ

атмосфера

○ ○ ○ ○ ○

новизна

○ ○ ○ ○ ○

эмоции

○ ○ ○ ○ ○

детали

○ ○ ○ ○ ○

ценность

○ ○ ○ ○ ○

ХОЧУ ВЕРНУТЬСЯ?

☐

да

☐

возможно

☐

нет - и это нормально

КОМУ ЭТО МОЖЕТ ПОНРАВИТЬСЯ

С ЧЕМ ХОЧЕТСЯ СВЯЗАТЬ ДАЛЬШЕ

книга / фильм / место / человек / действие

ЦентрМаг

Каждое впечатление оставляет след.

Здесь ему есть место.



Собрано из деталей, чувств и живых историй