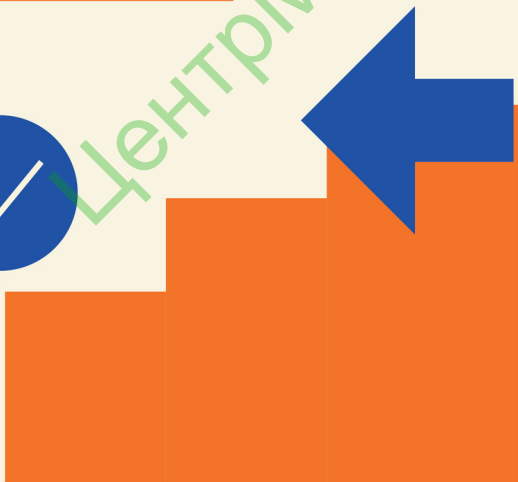


Купить ежедневник Что делать? Начни с одного шага

НЕДАТИРОВАННЫЙ ЕЖЕДНЕВНИК

ЧТО ДЕЛАТЬ?

НАЧНИ С ОДНОГО ШАГА



13 НЕДЕЛЬ / 91 ДЕНЬ / ТВОЙ ТЕМП

ЦентрМаг

ЧТО ДЕЛАТЬ?

Меньше шума.
Больше понятных шагов.



ЦентрМаг

ЭТОТ ЕЖЕДНЕВНИК ПРИНАДЛЕЖИТ

ПЕРИОД: С

ПО

13 недель планов, действий и заметок

Как пользоваться

01 Выберите ориентир

Запишите три результата на 13 недель.
Для каждого определите первый шаг.

02 Соберите неделю

Разместите встречи и важные дела.
Оставьте свободное время для перемен.

03 Определите главное

Начните день с одного важного результата.
Остальные задачи распределите по времени.

04 Подведите итоги

Отметьте сделанное, перенесите актуальное.
Ненужные задачи можно убрать из списка.

Даты вписывайте сами. Пропущенный день
не нужно заполнять задним числом.

Где что искать

РАЗДЕЛ	СТР.
Ориентиры на 13 недель	4-5
Проекты и следующие шаги	6-7
Входящие задачи	8-9
Важные даты и ожидания	10-11
13 недель: план, дни, итоги	12-141
Заметки	142-149
Расходы и платежи	150-151
Итоги 13 недель	152-153
Идеи на потом	154-155
Указатель записей	156

ОТМЕТКИ ЗАДАЧ

☐ задача ✓ выполнено → перенесено
☒ отменено • заметка

Номер справа или слева внизу — номер страницы внутреннего блока.

Что сейчас важно

Период: _____

01

РЕЗУЛЬТАТ

Как пойму, что получилось:

02

РЕЗУЛЬТАТ

Как пойму, что получилось:

03

РЕЗУЛЬТАТ

Как пойму, что получилось:

С чего начать

РЕЗУЛЬТАТ 01 / БЛИЖАЙШИЙ ШАГ

Когда: _____ Что понадобится: _____

РЕЗУЛЬТАТ 02 / БЛИЖАЙШИЙ ШАГ

Когда: _____ Что понадобится: _____

РЕЗУЛЬТАТ 03 / БЛИЖАЙШИЙ ШАГ

Когда: _____ Что понадобится: _____

Что я сознательно не беру на этот период:

От идеи к результату

Проект: _____

ГОТОВО, КОГДА

СЛЕДУЮЩИЙ ШАГ	СРОК	ГОТОВО

ЧТО МЕШАЕТ / У КОГО ПОПРОСИТЬ ПОМОЩЬ

От идеи к результату

Проект: _____

ГОТОВО, КОГДА

СЛЕДУЮЩИЙ ШАГ	СРОК	ГОТОВО

ЧТО МЕШАЕТ / У КОГО ПОПРОСИТЬ ПОМОЩЬ

Выгрузить из головы

Сначала запишите. Решение можно принять позже.

ИДЕЯ ИЛИ ЗАДАЧА	ПЕРВЫЙ ШАГ	КОГДА

Делать · запланировать · передать · убрать

Выгрузить из головы

Сначала запишите. Решение можно принять позже.

ИДЕЯ ИЛИ ЗАДАЧА	ПЕРВЫЙ ШАГ	КОГДА

Делать · запланировать · передать · убрать

Важные даты

ДАТА	СОБЫТИЕ / СРОК	ПОДГОТОВИТЬ

Проверяйте этот список при планировании недели.

Жду ответа

ОТ КОГО	ЧТО НУЖНО ПОЛУЧИТЬ	НАПОМНИТЬ

Укажите дату следующего напоминания.

Что на этой неделе

С _____ ПО _____

ГЛАВНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ НЕДЕЛИ

ТРИ ВАЖНЫХ ДЕЛ

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

ПРИВЫЧКИ / НЕБОЛЬШИЕ ДЕЙСТВИЯ

ДЕЙСТВИЕ	П	В	С	Ч	П	С	В

Что поможет сохранить силы:

Встречи и сроки

Время указывайте рядом с событием.

ДЕНЬ	ВСТРЕЧА / ВАЖНОЕ ДЕЛО
ПН	
ВТ	
СР	
ЧТ	
ПТ	
СБ	
ВС	

РЕЗЕРВ / ТО, ЧТО МОЖНО ПЕРЕНЕСТИ

Сегодня

Дата: ____ / ____ / ____

ГЛАВНОЕ: ДЕНЬ УДАЛСЯ, ЕСЛИ...

ВРЕМЯ И ПЛАНЫ

ВРЕМЯ	ДЕЛО

Резерв времени: ____ мин

ЗАДАЧИ / СЛЕДУЮЩИЙ ШАГ

☐
☐
☒
☐
☐

На главное: ____ мин

ЧТО ПОЛУЧИЛОСЬ

ЧТО ДАЛЬШЕ / КУДА ПЕРЕНЕСТИ

Для себя сегодня: _____

Остановиться и свериться

ЧТО ПОЛУЧИЛОСЬ

ЧТО ПОМОГЛО / ЧТО МЕШАЛО

ПЕРЕНЕСТИ / ПЕРЕДАТЬ / УБРАТЬ	СЛЕДУЮЩИЙ ШАГ

ОДНА ПОПРАВКА НА СЛЕДУЮЩУЮ НЕДЕЛЮ

Заметки

Тема: _____

ЦентрМаг

Заметки

Тема: _____

ЦентроМар

Расходы в поле зрения

Период: _____

ДАТА	НА ЧТО	ПЛАН	ФАКТ

Итого: план _____ факт _____

Платежи и подписки

ПЛАТЕЖ	СУММА	ДАТА	ОПЛ.

ЧТО ПЕРЕСМОТРЕТЬ / ОТМЕНИТЬ

Что изменилось

ТРИ РЕЗУЛЬТАТА, КОТОРЫМИ Я ДОВОЛЕН

ЧЕМУ Я НАУЧИЛСЯ

ЧТО СТАЛО ПРОЩЕ

ЦентрМаг

Что беру с собой

ПРОДОЛЖИТЬ

ПЕРЕСТАТЬ ДЕЛАТЬ

ПОПРОБОВАТЬ

ЦентрМаг

Идеи на потом

ИДЕЯ	КОГДА ВЕРНУТЬСЯ

Не каждая хорошая идея должна стать задачей.

Идеи на потом

ИДЕЯ	КОГДА ВЕРНУТЬСЯ

Не каждая хорошая идея должна стать задачей.

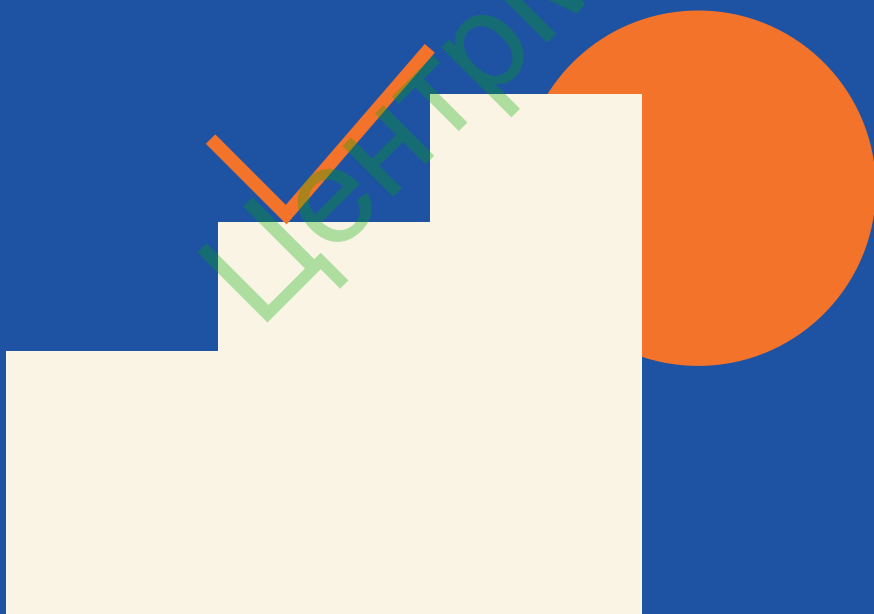
ЦентрМаг

ЧТО ДЕЛАТЬ?

Выбрать главное.

Сделать первый шаг.

Оставить место жизни.



ТВОЙ ПЛАН. ТВОЙ ТЕМП.