

MailChimp Template Test - "bujo 3"

17 oktober 2017 | 08:52 | 73 KB

Från:

dorotea@dorro.se

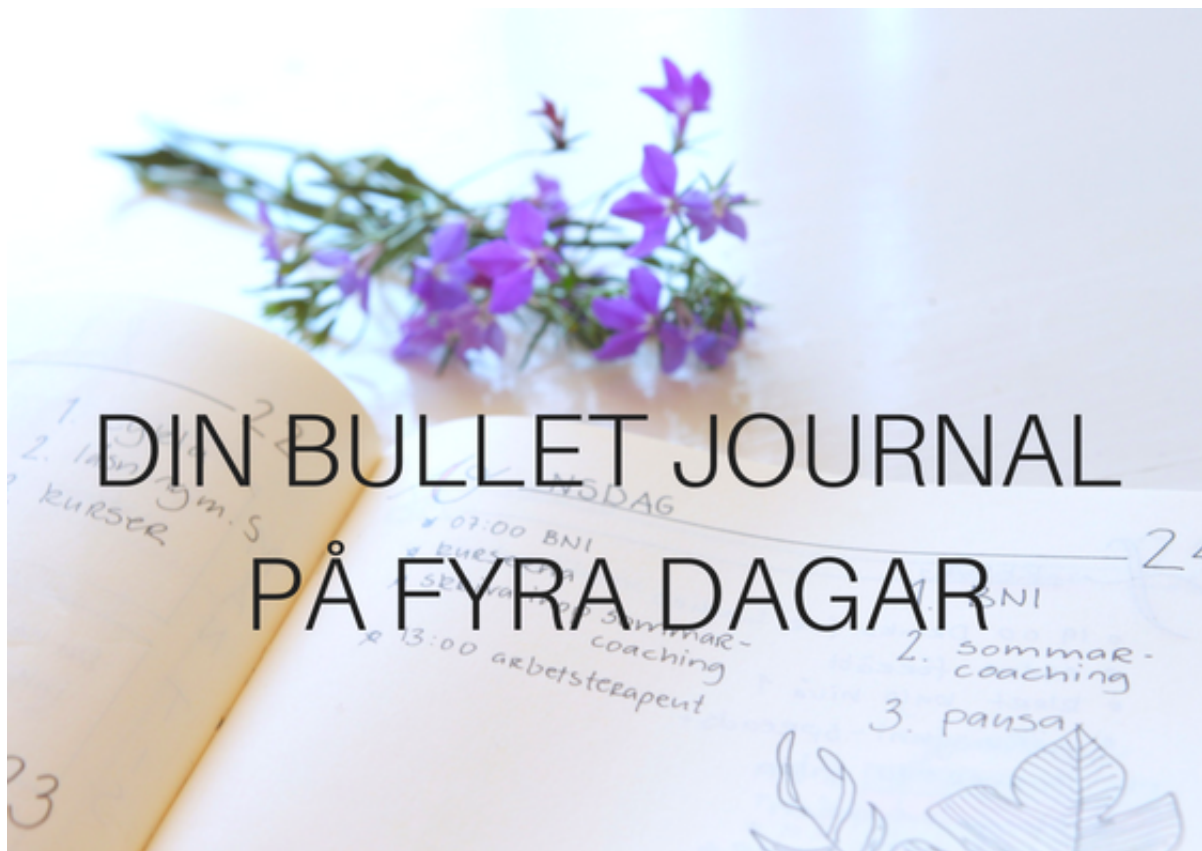
Till:

dorotea@dorro.se

[Ladda alltid externa bilder från dorotea@dorro.se](#)

Din Bullet Journal på fyra dagar.

[View this email in your browser](#)



**Kom igång med
planering med papper & penna.
Din Bullet Journal
på fyra dagar.**

Hej!

Då kör vi vidare med dag två i denna mejlkurs. Jag tycker verkligen det är superkul att göra detta med dig och ser fram emot det vi ska göra idag. Idag är

det nämligen dags för månads- och veckouppslaget. Det är nu det roliga börjar på riktigt.

Jag tycker vi sätter igång direkt utan en massa prat så hämta din anteckningsbok och din penna så börjar vi dra streck.

MÅNADSÖVERSIKT (monthly log)

Månadsloggen hjälper dig att organisera det som ska hända under den kommande månaden. Den hjälper dig att få en överblick över alla händelser de fyra kommande veckorna vilket känns som lagom mycket att greppa på en och samma gång. Tycker jag i alla fall.

Månadsloggen består av en kalender, månadens dagar och en att göralista över det du nu vet ska göras/händer ute månaden framför dig.

Gör så här:

Blädda till det första uppslaget som du har in din bok. Det kan vara att du har haft din dagliga planering eller någon samling (collection) precis och då kan det vara så att du har en sida över bara. Den kommer du med största sannolikhet hitta användning för så oroa dig inte för att sidorna blir använda. Så bläddra fram till nästa uppslag.

På vänster sida kommer du ha kalendern och på höger sida din att göralista.



Kalendersidan: Som rubrik skriver du månadens namn och sedan skriver du in datumen med tillhörande veckodag med början uppifrån och sedan neråt till det avslutande datumet i månaden.

När du har gjort det skriver du in sådant som du redan vet ska hända.

Att görallistan: Skriv ner allt du vet att du behöver göra under den kommande månaden. Denna sidan kommer du att återkomma till om och om igen under månaden. Den här listan blir din huvudlista från vilken du kommer plocka när du gör din veckoöversikt och/eller din dagliga planering.

Listan är till hjälp för dig i dina val att göra rätt sak vid rätt tillfälle. För mig är den här listan en av de viktigaste.

Gör nu ditt eget uppslag. Och glöm inte att markera sidorna i ditt index.

VECKOÖVERSIKT (weekly spread)

Veckoöversikten är den del av planeringen som är absolut viktigast för mig. Det är här mitt fokus skapas. Dock ingår inte veckoöversikten i Ryder Carrols system men den används av väldigt många, skulle nog säga de flesta, så jag vill inte hoppa över den. Framför allt inte eftersom jag anser den vara så viktig.

Jag kommer nu visa dig ett enkelt sätt att göra en veckoöversikt och hur du

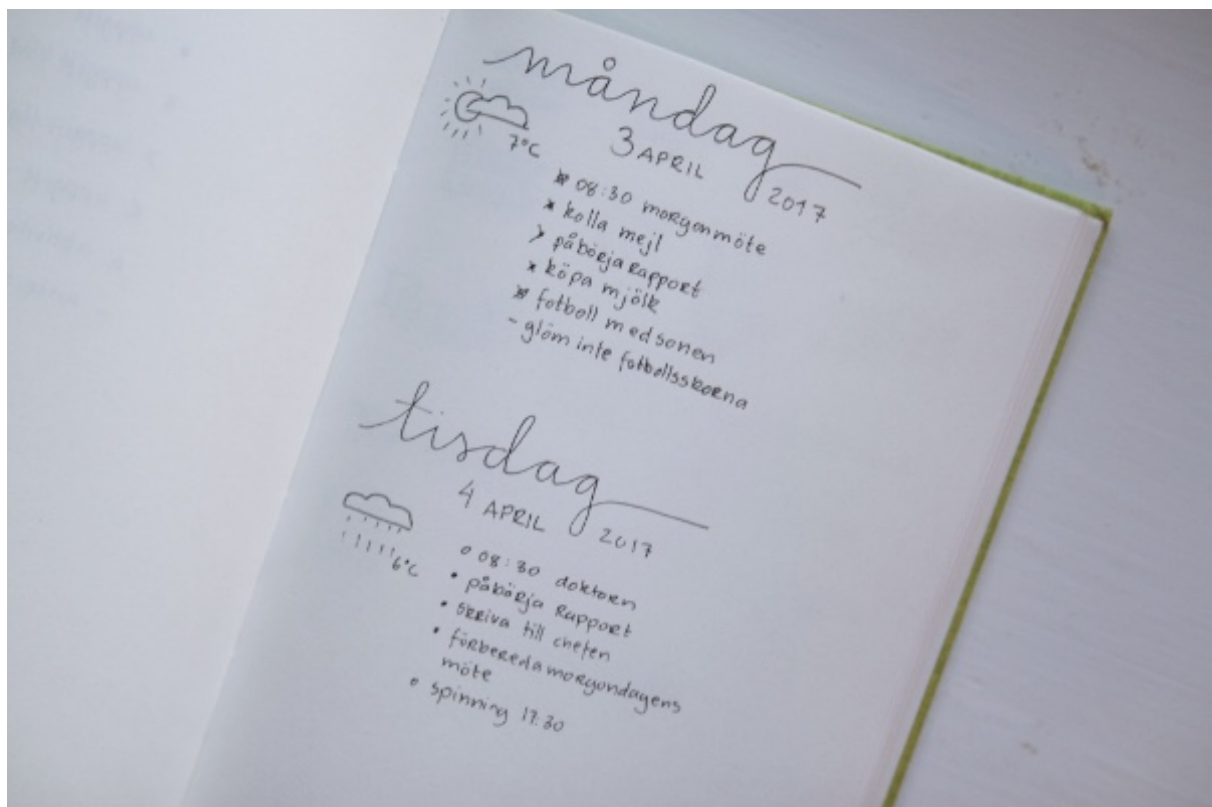
sedan väljer att göra är upp till dig. Den ska representera dina behov och vara lättöverskådlig.

Gör så här:

Även denna gång ska du bläddra till det första uppslaget i din bok så att du har två sidor för din veckoöversikt. Du vill få plats med veckans dagar, en att göra lista, anteckningar och kanske någon logg (habit tracker).

Vänstersidan: på vänstersidan ritar du upp utrymme, rutsystem, för veckodagarna där du sedan skriver in det som ska hända under den kommande veckan och på specifik dag.

Högersidan: på högersidan lägger du till din att göra lista för veckan, plats för anteckningar, plats att skriva in sådant du vill komma ihåg för nästa vecka eller så gör du något helt annat. Det som passar dig.



När du har gjort dina sidor så ta ett kort och lägg upp på instagram under hashtag #planeringmedpapperochpenna. Jag vill väldigt gärna se hur du gör dina månads- och veckoöversikt.

Sådärja, då har du gjort din månadsöversikt och din veckoöversikt. Nu börjar du

få koll på läget.

Imorgon ska du göra din första dagliga planering.

Vi hörs imorgon,

Hälsningar, Dorotea

Glöm inte att visa vad du gör under kursens gång. Lägg upp dina bilder på Instagram under hashtag

[#planeringmedpapperochpenna](#)

Om du har några frågor eller vill berätta något så går det bra att klicka skriv i detta mejl och skicka iväg ett mejl till mig.

Om du önskar mer inspiration om Bullet Journaling så föreslår jag att du kikar in på min [YouTube-kanal](#) och går in och läser på [bloggen](#).



*Copyright © 2017, Dorotea Pettersson, tidscoach & författare,
All rights reserved.*

Du finns med på denna lista för att vi någon gång har träffats och bytt kontakter eller för att du har lagt till dig själv. Om du inte längre önskar att få dessa utskick är det bara att avregistrera dig här nedan.

Här kan du [uppdatera dina uppgifter](#) eller [avregistrera dig från listan](#).