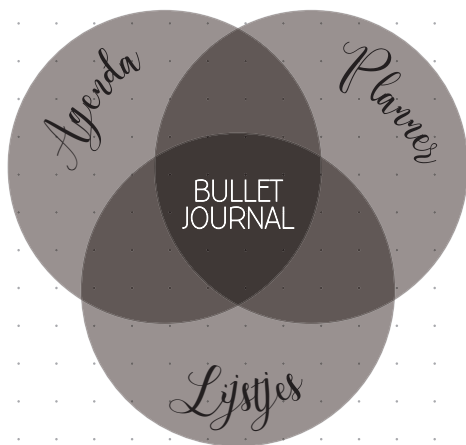


MIJN
Bullet
JOURNAL.
Crash
COURSE



Wat is een bullet journal?

In onze digitale wereld zijn de mogelijkheden eindeloos. Je hebt verschillende apps om alles, maar dan ook alles te kunnen volgen, te plannen, bij te houden en van commentaar te voorzien. Je kunt je hele leven digitaal managen. Maar wat is daar nou leuk aan? Steeds meer mensen hebben behoefte aan activiteiten in de offline wereld – en omdat je dit leest, heb jij dat waarschijnlijk ook.

Wij snappen dat als geen ander! Bullet journaling is dan ook een rechtstreeks gevolg van dat verlangen: waarom zou je al die apps op je telefoon, tablet of computer bijhouden als dat ook heerlijk ANALOOG (lees: met de hand) kan?

Een bullet journal (of bujo) is een combinatie van een agenda, een dagboek en lijstjes. Van nu af aan bewaar je alles op een plek (het boek bij deze *crash course*), volgens een vast systeem.

De voordelen

- Je krijgt een geordende agenda, helemaal aangepast aan je eigen wensen en behoeften;
- Het bijhouden van een bujo is vaak heel ontspannend en je kunt er veel creativiteit in kwijt als je dat wil. Of als je het liever strak en minimalistisch houdt, is het een perfect middel voor de control freak inside you;
- Je hebt geen rondslingerende to-do-lijstjes of dagboeken meer;
- Je brengt meer tijd door in de offline wereld, weg van alle schermen;
- Grote beslissingen, wensen en doelen worden inzichtelijk door de manier waarop je ze noteert in je bujo.

Benodigd materiaal

- Een notebook met stippen of lijnen (zoals *Mijn bullet journal*);
- Pennen en fineliners;
- Linaal;
- Decoratie (naar je eigen smaak; houd je niet van versiering, dan laat je het lekker achterwege).

Het bujo-systeem: de termen

DE INDEX

De meeste bujo's beginnen met een index: de inhoudsopgave die je in- en aanvult zodra je pagina's aan je bujo toevoegt

COLLECTIE

Een pagina met aantekeningen of taken die over hetzelfde onderwerp gaan

TOEKOMSTLOG

Je kalender: een beknopt overzicht van 6 komende maanden, verdeeld over 2 pagina's

MAANDLOG

Een overzicht van alle dagen in een maand en alle dingen die je op die dagen moet doen, verdeeld over 2 pagina's

WEEK- OF DAGLOG

Een to-do-lijst of agenda voor 1 dag: meestal in de vorm van een weekagenda verdeeld over 2 pagina's, maar als je veel ruimte nodig hebt, kies je voor de 1 dag op 1 pagina-variant

SNELLOGGEN

Een manier van dingen verkort opschrijven en het gebruikmaken van symbolen uit je legenda (zie: KEY)

OPEN TAKEN

Dingen die je nog moet uitvoeren

MIGREREN

Het vooruitschuiven van taken of afspraken van de ene maand/week/dag naar een andere maand/week/dag

MODULE

Een pagina over een bepaald onderwerp dat niet tijdgebonden is (bijvoorbeeld: levensdoelen)

LEGENDA OF KEY

Een lijstje met symbolen die je gebruikt bij het snelloggen: de symbolen staan voor bepaalde acties (zie pagina 4)

OP PINTEREST,
INSTAGRAM, BLOGS
EN YOUTUBE
VIND JE PLENTY
INFORMATIE EN IDEEËN
VOOR PAGINA-LAYOUTS
EN DECORATIE
IN JE BUJO

Legenda of Key

Vóórdat je begint aan het bijhouden van je bujo, bepaal je voor jezelf welke legenda of key je gaat gebruiken. Er zijn verschillende keysets in omloop. Hieronder de meestgebruikte, maar vul vooral je eigen key in op de binnenkant van de flap van *Mijn bullet journal*, dan heb je hem altijd bij de hand.

PERSONALISEER
JE LEGENDA NAAR EIGEN
INZICHT. LAAT ICONEN DIE JE
NOOIT GEBRUIKT WEG UIT
JE KEY EN VOEG SYMBOLEN
TOE ALS JE HET GEVOEL
HEBT DAT JE IETS MIST IN
JOUW SYSTEEM.

- TAAK
- ▣ TAAK IN UITVOERING (VOORTGANGTRACKER)
- TAAK VOLDAAN
- ◡ TAAK MIGREREN NAAR KOMENDE WEEK/MAAND
- ! GEDACHTE
- AFSpraak OF EVENEMENT
- ⌚ DEADLINE
- ? VRAAG
- ♥ INSPIRATIE
- 💡 IDEE
- * BELANGRIJK
- RANDOM AANTEKENING
- (EEN TAAK OF AFSpraak DOORHALEN)

Aan de slag

Op de volgende pagina's vind je voorbeelden van pagina-layouts en pagina-ideeën die je in je bujo kunt gebruiken. De voorbeelden dienen als inspiratie en kun je helemaal aan je eigen smaak aanpassen: is er een elementje wat je niet aanstaat, dan vervang je dat door een andere of je laat het weg. Kies, combineer, voeg toe en laat weg: zo ontstaat uiteindelijk je eigen persoonlijke bujo-stijl waar je blij van wordt en waar je inspiratie van krijgt. Experimenteer, reflecteer en pas aan!

Index

1	DOELEN MINDMAP
2	JAAROVERZICHT
3	QUOTE
4-7	TOEKOMSTLOG
8	VERJAARDAGEN
9	HYPOTHEEKTRACKER
10-11	MAANDLOG JANUARI
12	FOOD TRACKER JANUARI
13	BEWEGING TRACKER JANUARI
14-21	WEEKLOG JANUARI 20**
22	VAKANTIE WISHLIST
23	VERLANGLIJSTJE

- PAGINAVOORBEELD TOEKOMSTLOG (MET VERJAARDAGEN) -

JANUARI	10 01	LINDA
	13 01	JENNIE
	29 01	OTTO
FEBRUARI	03 02	ROBIN
	09 02	DENISE
MAART	11 03	SIEPIE
APRIL		
MEI	18 05	PERRY
	24 05	LEONNE, OZZY
JUNI	19 06	JACK
	24 06	MEES

	JULI
28 08 DENNIS	AUGUSTUS
29 09 NICOLE	SEPTEMBER
	OKTOBER
	NOVEMBER
01 12 LEO	DECEMBER

- PAGINA VOORBEELD MAANDLOG -

MA	DI	WO	DO	VR
		1	2	3
6	7	8	9	10
13	14	15	16	17
20	21	22	23	24
27	28			

Februari

ZA	ZO
4	5
11	12
18	19
25	26

TO DO
<input type="checkbox"/> WIFI VERSTERKER KOPEN <input checked="" type="checkbox"/> BEDRIJFSUITJE PLANNEN <input type="checkbox"/> BESTEKLA UITMEESTEN <input type="checkbox"/> VRIEZER ONTDOOIEN <input checked="" type="checkbox"/> TICKETS SENSATION BESTELLEN <input type="checkbox"/> VAKANTIE AANVRAGEN

Nog meer paginaideeën

- Adressen
- Favoriete artiesten
- Concerten
- Festivals
- Spaardoelen
- Rekeningen
- Boekideeën
- Mindmaps
- Overzicht vaste lasten
- Vakantiepaklijst
- Moppen
- Pinterestborden
- Drinktracker
- Moment-van-de-maand-planner
- Moodboard's
- Handletteren
- Recepten
- Dankbaarheidslog
- Cadeauideeën
- Brainstormen
- Doodles
- Curriculum Vitae
- Contactgegevens noodgeval
- Gewoontetracker
- Huisdierplanning
- Oppasplanning
- Artikelen om te lezen
- Slaaplog
- Restaurants om nog te bezoeken
- Pretparken
- Dagjes uit
- Snacktracker
- Uitgaven
- Studiedoelen
- Babynamen
- Plaatsen waar je nog naartoe wilt
- Bucketlist
- Huisverbeteringen
- Skills om te leren
- Boodschappenlijstjes



MUS is een imprint van BBNC uitgevers bv
Copyright © 2017 BBNC uitgevers bv, Amersfoort
Mijn bullet journal is een uitgave van BBNC uitgevers bv
Alle rechten voorbehouden.