Dane aktualne na dzień: 16-11-2026 01:55

Link do produktu: https://biurowe-zakupy.pl/notes-planer-moleskine-l-positivity-smiley-p-453389.html



Notes planer MOLESKINE L, Positivity, Smiley

Cena brutto	**215,99 zł**
Cena netto	**175,60 zł**
Czas wysyłki	**Zapytaj o dostępność**
Symbol SKU	**MS-854435**
Kod producenta	**MS-854435**
Kod EAN	**8056598854435**
Producent	**MOLESKINE**

Opis produktu

- PLANER MOLESKINE L, POSITIVITY, SMILEY
- Potraktuj szczęście poważnie dzięki niedatowanemu kalendarzowi z tematyką Smiley®, która poprawi Twoje planowanie, nastrój i kreatywność. Brak dat pozwala rozpocząć planowanie w dowolnym momencie w ciągu roku: wystarczy wpisać dzień i miesiąc i zaczynać. Specjalne treści obejmują cytaty, które motywują i inspirują, a także 107 stron w linie, aby zagłębić się w pomysły.
- Planer zapewnia miejsce, którego potrzebujesz, aby zatrzymać się i zastanowić dzięki miesięcznym, tygodniowym i dziennym sekcjom, które poprowadzą Cię przez Twoje projekty, cele i nawyki:
- Co miesiąc: spędź 30 minut na tej stronie na początku każdego miesiąca, upewniając się, że wszystkie zadania z tygodni i dni są wykonane, aby pomóc Ci osiągnąć cele roczne i cele długoterminowe.
- Tygodniowo: poświęć 30 minut w każdą niedzielę na przegląd swoich postępów w ciągu ostatniego tygodnia i modyfikację planów na następne siedem dni, aby mieć pewność, że osiągniesz krótkoi długoterminowe cele.
- Codziennie: większość planistów koncentruje się na Twoich spotkaniach w ciągu dnia roboczego. Dzięki Smiley® ta część zajmuje tylko jedną czwartą strony: pomożemy Ci monitorować wszystkie inne aspekty Twojego dnia, aby stworzyć pozytywną równowagę w Twoim życiu. Przede wszystkim pomagamy śledzić małe sukcesy, które nastrajają pozytywnie. Poświęć kwadrans każdego wieczoru na aktualizację tej sekcji.
- Trzymiesięczny planer Positivity in Motion rozpoczyna się od miesięcznego przeglądu na dwóch stronach. Jest to miejsce, aby skupić się na czterech kluczowych projektach i opracować plan działania, aby je urzeczywistnić. Pod koniec miesiąca możesz wrócić do tej części i zanotować, jak ci poszło i jak możesz poprawić, jeśli chodzi o posuwanie tych projektów do przodu. Pokoloruj miesięczny monitor nastroju, aby monitorować swoje emocje w ciągu miesiąca i zanotuj momenty, w których odczuwałeś różne emocje – od radości po zdziwienie, niepokój i miłość. Wykres drugiego koła pozwala mierzyć czas spędzony na różnych aspektach życia, takich jak rodzina, hobby, zabawa, praca i społeczność. Wreszcie, każda sekcja miesiąca zapewnia również miejsce na zatrzymanie się i zastanowienie się nad tym, co chcesz ulepszyć w przyszłości.
- Po każdej niedatowanej miesięcznej rozkładówce następuje pięć niedatowanych tygodniowych sekcji z jedną stroną tygodniowo. Uzupełnij datę u góry, a następnie wypisz swoje tygodniowe zadania według kategorii. Możesz sprawdzić swoje postępy pod koniec tygodnia. Jest sekcja do dokumentowania celów dla czterech wybranych projektów wraz z miejscem na zapisywanie cotygodniowych zwycięstw, pomysłów na ulepszenia i nawyków do doskonalenia. Cotygodniowy monitor nastroju zachęca Cię do skupienia się na emocjach za pomocą kolorów, aby pokazać, jak się czujesz każdego dnia.
- Podczas gdy strony tygodniowe i miesięczne zapewniają szeroki przegląd Twoich planów, nastroju i priorytetów, strony dzienne dotyczą bardziej szczegółów. Na jednej stronie dziennie możesz zapisać, za co jesteś wdzięczny, codzienne zadania, wszystko, co Cię ekscytuje i rzeczy, które chcesz poprawić. Możesz uwzględnić szczegółowe działania związane z Twoimi czterema projektami, zadaniami do wykonania, osiągnięciami i obserwacjami.
- Czy to co miesiąc, co tydzień, czy codziennie, każda strona poświęca taką samą ilość miejsca zarówno na planowanie, jak i refleksję. Ten planer ma strukturę, która pomoże Ci skoncentrować się na priorytetach i zachować porządek, a także zapewni miejsce do refleksji nad tym, jak faktycznie spędzasz czas, co zadziałało i jak różne momenty wpłynęły na Twój nastrój. Chodzi zarówno o poznanie siebie, jak i narzędzie do planowania i mapowania swojego życia.
- Ten Positivity in Motion Planner świętuje 50. rocznicę Smiley®. Przez ostatnie 50 lat Smiley® był pionierem pozytywnego dziennikarstwa. Przesłanie „Poświęć trochę czasu na uśmiech” po raz pierwszy uwydatniło poprawiające samopoczucie historie w wielu wiodących europejskich gazetach w 1972 roku. Dziś nadal rozpowszechnia pozytywne

nastawienie dzięki Smiley® News, rzucając światło na niezwykłą pracę codziennych bohaterów wspierających organizacje charytatywne i organizacje non-profit w swoich lokalnych społecznościach.

- Planer bez dat
- Przepiękna, przyjemna w dotyku okładka z tkaniny ozdobiona złotymi wytłoczeniami
- Twarda okładka z wyhaftowanym logo Smiley®
- Niestandardowe wnętrze
- Zaokrąglone rogi, elastyczne zamknięcie gumka i wstążka zakładka
- Wewnętrzna kieszeń z tyłu
- Zestaw naklejek tematycznych
- Bezkwasowy papier o gramaturze 100 g/m² w kolorze kości słoniowej
- 13x21cm
- 240 stron, w tym 107 stron w linie i specjalna zawartość Smiley®
- Tematyczne pudełko wielokrotnego użytku
- Papier tego produktu Moleskine jest wykonany z materiału pochodzącego z dobrze zarządzanych lasów z certyfikatem FSC™ i innych kontrolowanych źródeł