

# Come fare un bullet journal

Corso dalla durata di 5 ore circa

Viola Negri

1. Presentazione e spiegazione generica del metodo bullet journal come strumento multifunzionale e versatile. Mostrare sia il mio (portare i miei due bujo) sia quello di altri (attraverso fotografie). Mostrare i vari stili e spiegare nel dettaglio quali sono i vantaggi nel poter personalizzare la propria agenda e nel dedicare tempo a scrivere e fare cose manuali.
2. Panoramica dei vari usi che se ne possono fare con relativa carrellata di foto ed esempi:
  - Liste di cose da fare e impegni mensili
  - Commissioni giornalieri
  - Tenere traccia delle spese
  - Tenere traccia dell'umore
  - Tenere traccia delle abitudini
  - Scrivere un diario giornaliero
  - Praticare la gratitudine
  - E molto altro (film, libri, viaggi...)
3. Imparare a disegnare decorazioni semplici ma d'effetto prima ricalcandole e poi ricopiandole dai modelli di riferimento che porterò io. Insegnerò passo per passo a disegnare piccole illustrazioni di fiori, piante e piccoli oggetti decorativi. Mostrerò inoltre alcuni layout semplici ma d'impatto per organizzare le pagine in modo funzionale ma esteticamente piacevole.

Prevedo a questo punto la pausa pranzo. La mia idea sarebbe infatti quella di cominciare il corso alle 10 di mattina e di svolgere questi primi tre punti in circa 2 ore e mezza, arrivando appunto all'ora di pranzo.

4. Con le competenze imparate nel corso della mattinata si imposteranno ora le pagine del proprio bullet journal, creando quindi un bujo personalizzato con le pagine ed i tracker che più ci piacciono o che più ci sono utili. I partecipanti lavoreranno in autonomia ma sempre con il mio aiuto ed i miei consigli nel progettare e decorare le pagine.

Anche la parte di corso pomeridiana avrà la durata di circa 2 ore e mezza, dando tempo ai partecipanti di progettare il proprio bujo.