

Notice pdf - La méthode Bullet journal

Type de contenu : Texte

Type de médiation : sans médiation

Titre(s) : La méthode Bullet journal [Texte imprimé] : comprendre le passé, organiser le présent, dessiner l'avenir / Ryder Carroll ; traduit de l'anglais (États-Unis) par Valéry Lameignère

Est une traduction de : The Bullet journal method

Auteur(s) : Carroll, Ryder

Autre(s) responsabilité(s) : Lameignère, Valéry (Traducteur)

Publication : [Paris] : Mazarine, DL 2018

Description matérielle : 1 vol. (367 p.) : ill. ; 22 cm

ISBN : 978-2-86374-486-4

EAN : 9782863744864

Autres classifications : 640

Classification décimale Dewey : 646.7 23

Note(s) : Index

Résumé ou extrait : Pendant des années, Ryder Carroll a essayé d'innombrables systèmes d'organisation, sans succès. Il a donc développé sa propre méthode : le Bullet Journal. Quand il a commencé à la partager avec des amis, elle est devenue virale. Aujourd'hui, le Bullet Journal est un phénomène mondial. La Méthode Bullet Journal ne se limite pas à organiser vos notes et vos listes. Il s'agit d'éliminer les distractions pour consacrer plus de temps à ce qui compte pour vous – aussi bien dans votre travail que dans votre vie personnelle. Muni seulement d'un stylo et de papier, ce livre va vous aider à : Comprendre le passé : en faisant un rapport clair et complet de vos pensées. Organiser le présent : en abordant votre liste de tâches de manière consciente, systématique et productive. Définir le futur : en transformant vos intérêts en objectifs et en divisant ces objectifs en étapes menant à de grands changements. Grâce à la Méthode Bullet Journal, vous ne serez plus passager à bord de votre existence : vous en deviendrez le pilote.

Sujet - Nom commun : Gestion d'informations personnelles

Forme, genre ou caractéristiques physiques : Guides pratiques

Image de présentation : <https://bibliotheques-numeriques.defense.gouv.fr/koha/ecrans/9782863744864.jpg>

Text alternatif image de présentation : 9782863744864.jpg