Гайд личных итогов от Plonq

Итоги 2025 → Планы на 2026



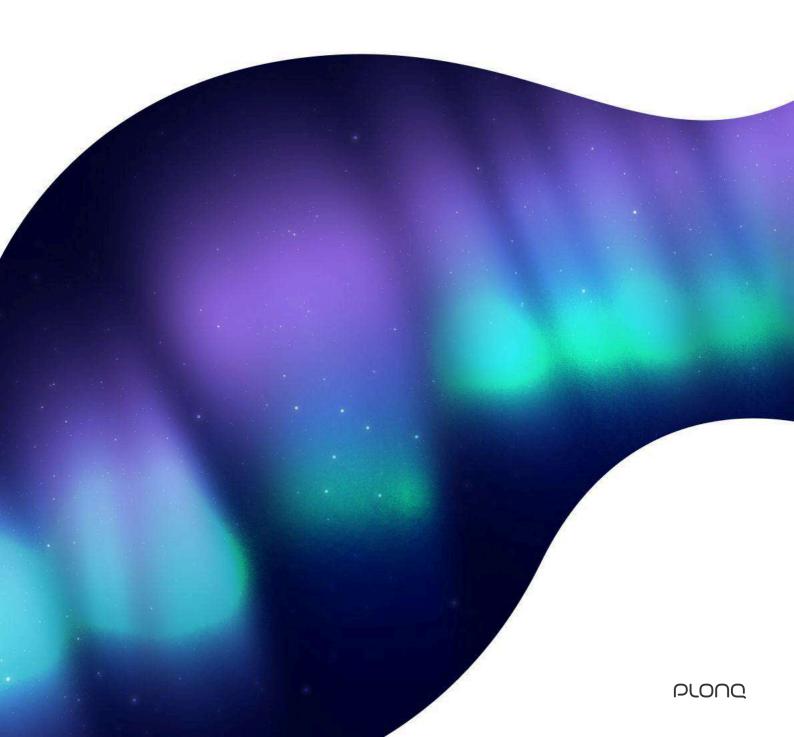
В грядущем году привычное станет открытием, а каждый шаг — началом путешествия.

Для чего этот гайд?

Год подходит к концу — самое время оглянуться назад, чтобы увереннее двигаться в 2026.

Мы в Plonq создали этот гайд, чтобы вы могли подвести итоги и увидеть свой путь таким, какой он был. Без сравнения с другими, без лишней критики — только реальные достижения.

Это ваше пространство для честного разговора с собой. Это ваша история.



PLONQ

События года

Вспомните самые яркие моменты уходящего года. Что наполняло его смыслом? Что запомнилось больше всего?

Событие	Дата	Какие ценности затронуло	Что нового я понял(а)

broud

Унесу с собой

Чему вы научились в этом году? Какие навыки прокачали? Заполните свой «чемодан» — он пригодится в путешествии в 2026.

Приобретение	Как это повлияет на мою жизнь
P	

Стоило увидеть/прочитать

Зафиксируйте на этой странице всё, что тронуло, вдохновило или просто подарило удовольствие: книги, фильмы, сериалы, концерты, выставки или спектакли.

PLONQ

Новые маршруты

Где вы побывали впервые? Что увидели, почувствовали, попробовали? Вспомните новые точки на карте и главное — состояния, которые с ними связаны.

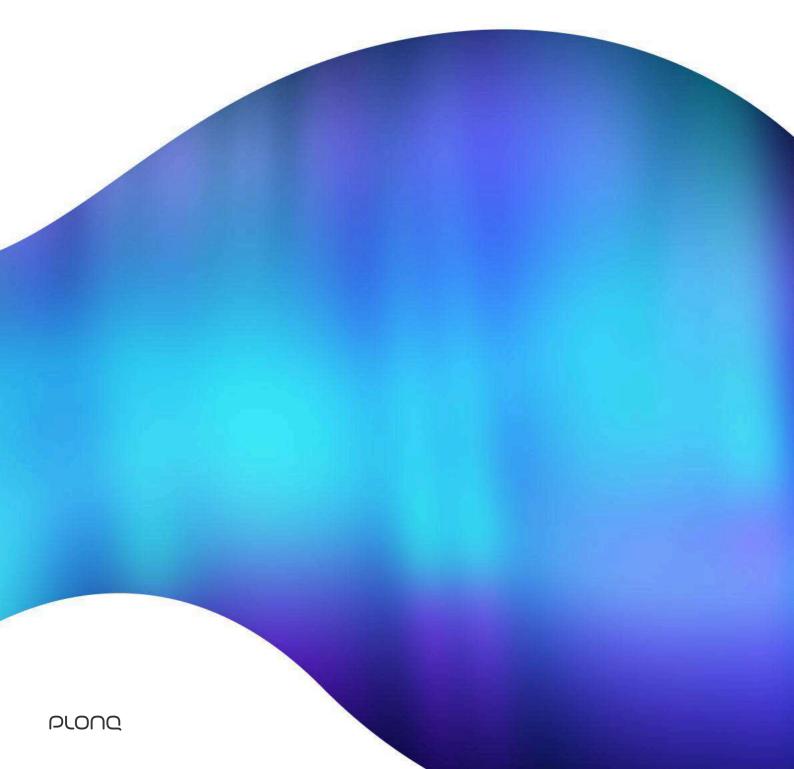
Место	Открытие

PLOUG

Пора поставить точку

Каким был для вас 2025? Свободно запишите всё, что приходит в голову. Какие уроки, инсайты и открытия вы забираете с собой? Эта страница для ваших выводов.

Заглянем в 2026?



PLONQ

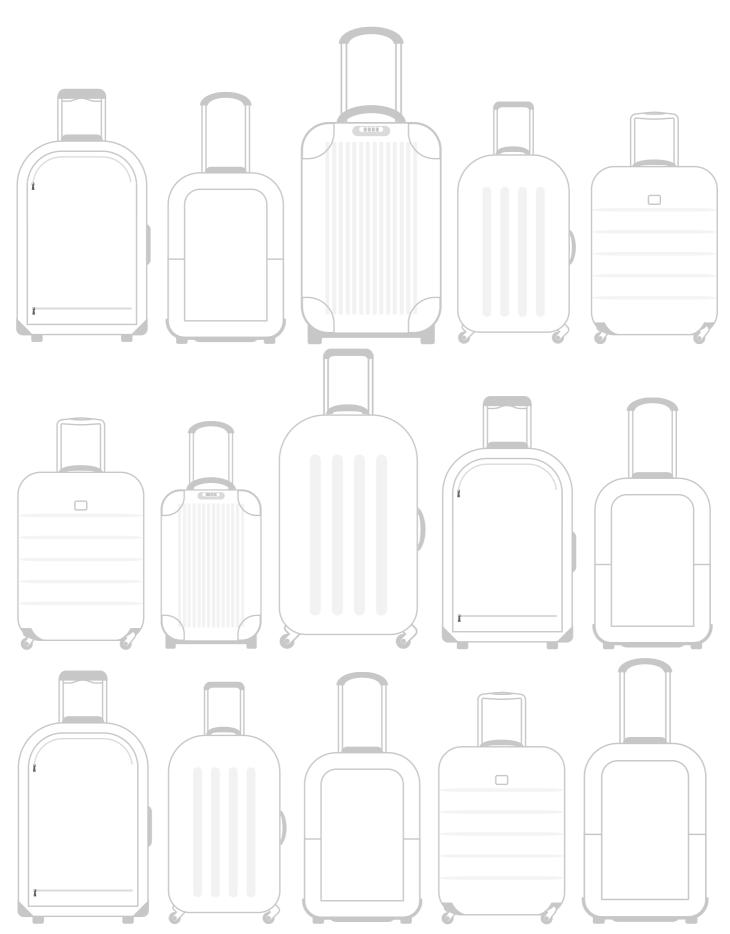
Фокус внимания

Какое дело станет главным в 2026? Что поможет в декабре сказать: «Да, этот год прожит не зря!»

Llowy Bu yours upy	WATE OF D LIODON FORW?
	читься в новом году? ия будут вам полезны?
Знание/навык	Для чего мне это нужно?

Новые горизонты

Куда вы хотите отправиться? Какие города, страны или события мечтаете посетить? Начните собирать чемоданы мысленно — остальное подтянется.



Забота о себе

Какие привычки и ритуалы помогут вам оставаться в ресурсе? Спорт, прогулки, режим, визиты ко врачу— составьте свой план заботы.

Привычка/ритуал	Эффект

Дедлайны 2026

Выпишите сюда задачи, которые совершенно точно нужно сделать в следующем году. Разместите важные даты и дедлайны по месяцам:

Пн																							
٦н		Я	нвар	Ъ				Февраль								Март							
	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс			
			01	02	03	04							01							01			
05	06	07	80	09	10	11	02	03	04	05	06	07	08	02	03	04	05	06	07	08			
12	13	14	15	16	17	18	09	10	11	12	13	14	15	09	10	11	12	13	14	15			
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22	16	17	18	19	20	21	22			
26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28		23	24	25	26	27	28	29			
														30	31								
		А	прел	ΊЬ						Май						l	1юні	Ь					
Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс	Пн	Вт	Ср	ЧТ	Пт	Сб	Вс	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс			
		01	02	03	04	05					01	02	03	01	02	03	04	05	06	07			
06	07	08	09	10	11	12	04	05	06	07	08	09	10	08	09	10	11	12	13	14			
13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17	15	16	17	18	19	20	21			
20	21	22	23	24	25	26	18	19	20	21	22	23	24	21	22	23	24	25	26	27			
27	28	29	30	31			25	26	27	28	29	30	31	28	29	30							
		l	1юлі	Ь				Август						Сентябрь									
Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс			
		01	02	03	04	05						01	02		01	02	03	04	05	06			
06	07	08	09	10	11	12	03	04	05	06	07	08	09	07	08	09	10	11	12	13			
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16	14	15	16	17	18	19	20			
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23	21	22	23	24	25	26	27			
27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30	28	29	30							
							31																
Октябрь									Н	оябр	ЭЬ					Дє	екаб	рь					
Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс			
			01	02	03	04							01		01	02	03	04	05	06			
05	06	07	80	09	10	11	02	03	04	05	06	07	08	07	08	09	10	11	12	13			
12	13	14	15	16	17	18	09	10	11	12	13	14	15	14	15	16	17	18	19	20			
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22	21	22	23	24	25	26	27			