

Revista do CORREIO

CORREIO BRAZILIENSE »
domingo, 14 de fevereiro de 2010. ano 5. número 248

Que bonito é...

Entenda a magia de transformar
uma história em samba

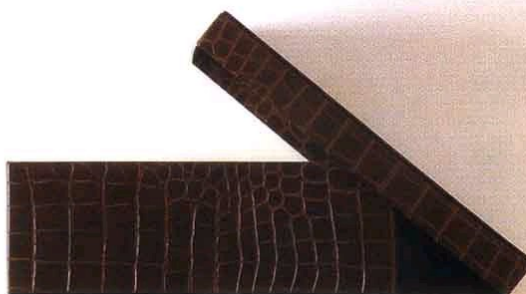
Poesia na rua

Pinturas, grafites e flash mobs... Intervenções
urbanas mudam a cara da cidade

CADA



COISA



EM SEU



LUGAR

Por que a organização do tempo, da
casa, da vida tornou-se uma questão
primordial para a sociedade

Ordem e... progresso sim!

Como a organização das finanças, do tempo, da casa e dos estudos pode levar a ganhos imensuráveis e até à resolução de conflitos e crises

» DOMINIQUE LIMA
» MARIA FERNANDA SEIXAS

Saber onde cada objeto, comprovante de pagamento, documento e foto antiga se encontra é impossível para muitos. Fazer o dia render o suficiente para conseguir cumprir todos os compromissos, manter as contas em dia e fazer investimentos, um sonho distante. Tais problemas têm um denominador comum: a desorganização. O excesso em diversos aspectos da vida leva a dificuldades para manter tudo em equilíbrio. São coisas demais, atividades demais, contas demais. E, por isso, a necessidade de instaurar uma ordem e mantê-la. Quem consegue descobre que é possível ter tempo para todas as tarefas, dinheiro para as contas, lugar para cada artigo importante.

“O ganho é sempre ainda maior do que se imagina porque sem as dificuldades causadas pela bagunça, diminui-se o estresse e evita-se problemas inesperados”, explica a gerente de recursos humanos Tatiana Machado. Para se organizar, além do esforço e da disciplina, ferramentas como planilhas, agendas, pastas e móveis específicos deixam tudo em seu lugar. Se não for suficiente, serviços especializados em dar o primeiro empurrão pres-

tam consultoria e ajudam a organizar diferentes áreas da vida — desde os produtos na dispensa e os arquivos no computador ao tempo para cada atividade. Seja na arrumação da casa, na construção da carreira, no planejamento financeiro ou na administração da rotina, é possível ordenar cada aspecto com mudanças mais simples e práticas do que se imagina.

“Como aprendemos mais pela dor, a maneira mais comum de começar a organizar é ter algum evento importante em nossas vidas que nos obriga a mudar de atitude”, conclui o consultor em administração do tempo Christian Barbosa. Foi assim com Taís Gomide, que planeja com calma e tempo de sobra o casamento. Com Marcos Urata, que conquistou o primeiro lugar da sua área em dois concursos públicos. E também com Flávio Ornelas, que conseguiu se livrar das dívidas e começar a poupar. A partir desses exemplos, que fizeram dessas pessoas mais organizadas em geral, a *Revista* traz uma série de dicas de organização para que você aproveite o tempo de folga neste carnaval e ponha a vida em ordem.

Em casa

- » Comece com o que mais incomoda: a dispensa, o closet, a sapateira...
- » Reserve entre uma e duas horas para a organização de cada coisa. Não faça tudo ao mesmo tempo porque a chance de você se cansar e acabar deixando tudo mais desarrumado é grande.
- » Escolhido o local da arrumação, comece pelo descarte. Doe, doe, doe.
- » O que não consegue descartar, mas também não usa com frequência, separe em pilhas.
- » Doações ensacadas, agora é a vez de tirar tudo de lá, e partir para o segundo pente fino.
- » Faça limpeza do local. Repare se existem focos de mofo, prateleiras quebradas etc.
- » No caso de armários, se possível, padronize os cabides. A prática traz conforto visual para o local e facilita a manutenção da organização.
- » Tente otimizar o espaço: para isso, use sacolas, caixas, potes.
- » Planeje a distribuição por cores (no caso de roupas), tipos (sapatos, documentação, comida) tamanho e peso (roupas).
- » Escolhida a nova distribuição, etique a nova função de cada espaço. Assim, as outras pessoas podem colaborar melhor com a manutenção da organização.
- » Lembranças como fotos, cartas ou roupas antigas devem ter um espaço para elas. Escolha uma caixa e limite ali o local das suas lembranças. Se não couber tudo, pratique o desapego e se desfça de algumas coisas.
- » Preste atenção na validade dos produtos.
- » No quarto das crianças, abuse de caixas grandes para guardar os brinquedos.
- » Os nichos transparentes facilitam a vida de todo mundo.

Fonte: Order home e Organize mania



Zuleika de Souza/CB/D.A. Pre

Juliana,
Luciana
e Jane
fizeram da
mania de
organização
um lucrativo
negócio

Arrumadinhas

As amigas Juliana Drummond, 32 anos, Luciana Oliveira, 34, e Jane de Mattos, 54, sempre tiveram a organização em comum. A ponto de virem referência de arrumação. Por exemplo, os colegas da firma de Luciana pedem a ela, de aniversário, que arrume suas mesas de trabalho. Já os amigos de Juliana pediram que os presentearassem, no casamento, com a arrumação do novo apartamento. "Faz parte da nossa personalidade. Sempre gostei de cada coisa no lugar certo e só passei a reparar nisso porque as pessoas comentavam. Para o organizado, a arrumação não é um luxo, é natural. A gente faz sem reparar", analisa Juliana.

Há cinco anos, as três resolverem se unir e mon-

tar um negócio, aproveitando o dom que compartilham. Abriram uma empresa de consultoria e garantem que, para elas, esse é o trabalho mais divertido do mundo. "As pessoas que nos procurar não são aquelas completamente bagunçadas. Ela gostam de organização, mas não conseguem pôr mão na massa. E é incrível como uma simples arrumação de armário transforma a vida delas", detalha Juliana. Tem caso até de mulheres que encomendam seus serviços escondido do marido, para levar todo o mérito pela mudança. "A gente já sai de fininho pelos fundos do apartamento para que ninguém desconfiasse. O maridão fica feliz da vida, orgulhoso da mulher", lembra Jane.

A arte de **ter tempo**

Um fato é unanimidade entre especialistas: o tempo não é pouco, a má administração das tarefas diárias é que causa essa impressão. Ter uma vida equilibrada, com espaço para o lazer e a família, sem prejuízo à carreira e à situação financeira é uma arte, e a ferramenta dessa conquista é a organização. Dedicar-se com mais afinco às atividades importantes, deixar de lado as circunstanciais — aquelas que não agregam nada — e saber priorizar são as atitudes-chave para ver o dia render.

“As pessoas subestimam o tempo. No Brasil, procuram-se poucas informações sobre o assunto, ele não é valorizado como o dinheiro, por exemplo”, compara o consultor em administração do tempo e produtividade Christian Barbosa. Por isso, perder uma ou duas horas não parece aborrecer ninguém como perder R\$ 100. Mas, no final, o prejuízo pode ser o mesmo. Numa pesquisa com 6 mil mulheres, o especialista chegou à conclusão de que 78% delas não têm tempo para sexo e relacionamento. E a maior parte do tempo é perdido com situações que não são efetivamente importantes, não trarão benefícios para a carreira, não serão desfrutados com a família, os amigos ou a comunidade. São tarefas mecânicas, como ir a um evento em que não se quer estar presente, participar de uma reunião sem utilidade, ler e-mails desinteressantes ou ver programas de televisão que não agradam.

Para mudar a dinâmica de

desperdício, é necessário perceber a preciosidade do tempo e como melhor aproveitar cada momento. O primeiro passo é descobrir para quê se quer o tempo. Para investir na carreira, desfrutar com os filhos, viajar, estudar? E a partir daí, reformular o roteiro do dia a dia. Um dos aspectos que exige tempo e acaba mais esquecido é o compromisso consigo mesmo. As pessoas esquecem de colocar a si próprias na agenda, deixando de lado a manutenção da saúde física e mental com idas regulares ao médico, prática de atividade física ou simplesmente tempo de sobra para ficar quieto, ler um livro, descansar.

Começar a reorganizar — ou organizar pela primeira vez — a vida pode parecer um fardo que, esse sim, vai tomar um enorme tempo que não se tem. Afinal, são muitos detalhes e diferentes aspectos do dia a dia que exigem atenção. Por isso, a gerente de recursos humanos Tatiana Machado sugere que se inicie o processo por medidas mais simples. O ideal é começar a nova arrumação por pequenos espaços, como a bolsa, uma pasta, uma gaveta. Daí é possível partir para armários, mesa do escritório, para então se iniciar a organização de tarefas abstratas, como a rotina diária, os planos e os objetivos para o futuro. “Dessa forma, cria-se um ciclo virtuoso de excelência e otimização do tempo. Quanto mais se tem, menos eventos imprevistos acontecem e as horas se multiplicam”, explica Machado.

Como aumentar a areia da ampulheta

» A organização traz um bem exponencial. Ou seja, para cada unidade de tempo que se economiza, ganham-se várias. Isso porque ter tempo de sobra diminui o estresse e evita imprevistos e tarefas urgentes.

» É importante saber usar bem a tecnologia. Ela é uma ferramenta para economizar tempo, mas se não for bem aproveitada, pode ser uma fonte de desperdício de horas.

» A principal regra para se organizar é definir prioridades e não perder o foco. É comum perder de vista os objetivos e, conseqüentemente, também o tempo e diversas oportunidades.

» Uma boa maneira de organizar tanto a caixa de e-mails no trabalho quanto o tempo é, por exemplo, separar tudo em três espaços: o lixo, que será descartado; os urgentes, a serem resolvidos imediatamente; e os arquivados, para serem checados no futuro.

» Saber delegar tarefas é uma virtude indispensável ao organizado.

» Existe quem ama o que faz e se dedica além do necessário e o que é viciado em trabalho. Uma dica é perceber o limite e se as horas extras prejudicam os outros à volta, como família e amigos.

» Coloque-se em primeiro lugar. Tarefas e compromissos de saúde, como consultas médicas, atividade física, uma boa alimentação e descanso devem ser prioridade.

Fontes: consultor de administração do tempo Christian Barbosa e gerente de recursos humanos Tatiana Machado.

Tais Lima vai casar em outubro, mas o planejamento da cerimônia começou em maio do ano passado



Na hora do casório

O ar sereno da publicitária Taís Gomide Lima, 25 anos, engana. É quase impossível dizer que o casamento dela se aproxima e que todos os dias ela toma decisões sobre os menores detalhes da cerimônia, que será em outubro. A calma de Taís tem uma razão: bom planejamento, muitas planilhas e decisões antecipadas. A organização, que começou em maio do ano passado, tem sido a principal regra nos preparativos para o grande dia. Nada cedo demais para ela, que já tem o vestido, o local, a música e o bufê contratados para a data.

O sucesso na preparação deve-se a algumas medidas. A primeira e mais importante foi a conversa entre os noivos para tomarem decisões sobre a cerimônia, conciliando os desejos dos dois. Ela explica que encontrar os detalhes que façam a diferença na cerimônia também só ocorre depois de muita pesquisa e tempo dedicado ao assunto. Sem estragar a surpresa para os cerca de 300 convidados, ela adianta que usar músicas diferentes na cerimônia e ter lembrancinhas originais serão alguns dos detalhes especiais.

“Pesquisar, comparar, escolher com antecedência e decidir com tempo de sobra foram as maneiras que encontramos para conseguir fazer o casamento dos nossos sonhos dentro do orçamento que temos”, conta a publicitária. Ela confessa que adora gastar, fazer comprar extras, mas tem se controlado em nome de objetivos muito bem delimitados, como a festa de casamento e a compra de um apartamento.

Finanças em ordem

A prova mais clara de como a desorganização pode afetar a vida de um indivíduo pode estar registrada na conta bancária. Quem se descuida perde o controle dos gastos acaba pagando muito caro — no sentido mais literal da palavra — pela falta de organização. E, nesse quesito, qualquer descuido se torna perigoso. “Quem não põe a ponta do lápis os gastos mensais acaba se rendendo ao risco de contrair dívidas. E não interessa tamanho delas, porque se não forem bem administradas viram um problema numa rapidez impressionante”, avalia o consultor financeiro Gustavo Cerbasi, autor de livros como *Casais inteligentes enriquecem juntos* e *Investimentos inteligentes*.

Não se trata de guardar os canhotos de todos os cheques que você já passou na vida, ou as notas fiscais das compras na padaria. Trata-se de ter plena noção de quanto você tem, de qual o seu padrão de consumo e de quais são os limites para fechar o mês sempre no azul. Além de ter o mínimo conhecimento de como funcionam as funções bancárias das quais faz uso. Vale a pena ter cheque especial? Pagar no crédito? Pegar empréstimo? Segundo Gustavo Cerbasi, entender o que o banco faz com seu dinheiro e quais as consequências de cada ação, como juros e taxas cobrados, por exemplo, também norteia o indivíduo com relação à atuação financeira. “As pessoas subestimam o gerente do banco, ou mesmo os panfletos que ficam no balcão. Mas percebo que quem mais se enreda nas finanças costuma demonstrar pouca habilidade financeira por pura falta de organização e conhecimento”, explica Cerbasi.

Nesse meio de campo, não faltam desorganizados que preferem entregar as contas nas mãos de um consultor — o que é inquestionavelmente uma saída interessante. Mas a boa intenção acaba assim que veem o orçamento. “Esse é um serviço personalizado e existem poucos profissionais no mercado, o que acaba encarecendo o trabalho”, revela. É nessas horas que a internet salva muita gente do aperto. Na rede brasileira, é possível encontrar sites sérios de informação sobre organização financeira. Um deles, inclusive, dispõe de um acompanhamento financeiro a preços mais que acessíveis (algo em torno de R\$ 79 por trimestre), com direito a diagnóstico e sugestões de caminhos a serem seguidos, como opções de empréstimos, investimento ou poupanças.

Organização online

Os desorganizados com as finanças não seguem um padrão nem preenchem perfis. Tem homens, mulheres, senhores, adolescentes, das classes A, B, C ou D. Flávio Ornelas, por exemplo, não é o típico bagunceiro. Cumpre horários, tem as gavetas perfeitamente arrumadas, sabe onde tudo está guardado. Mas quando se tratava de dinheiro, era sempre uma confusão. “Tinha dificuldade com números e controle de registros. Tudo o que tinha relação com dinheiro era um problema para mim”, conta. Em meio ao caos financeiro, alimentava a esperança de que dias melhores viriam quando começasse a ganhar melhor — mesmo não apresentando um padrão alto de consumo. Afinal, a premissa de quanto mais dinheiro menos problemas lhe parecia óbvia (e ainda é para muita gente).

Quando Flávio ganhou a tão esperada promoção no emprego, na qual dobrou seu salário, sentiu uma nova onda de segurança e passou a tratar o tema com ainda menos respeito e controle. O resultado foram dívidas ainda maiores. “Quando vi que mesmo com mais dinheiro ainda passava dificuldades financeiras, a ponto de ter dificuldade até para comprar comida, decidi procurar ajuda profissional. Pesquisei informações em livros de orçamento doméstico e na internet, e foi lá mesmo que encontrei o que precisava”, lembra. Flávio aceitou o processo de reeducação e, em seis meses de mudanças radicais, já estava com a situação sob controle. Tanto é que deu sua entrevista para a *Revista* em plenas férias na Argentina. “Recuperei minha autoestima nas finanças e posso dizer que o hábito de controlar o dinheiro se tornou natural. É como aqueles costumes que desenvolvemos em épocas de crise, como apagar as luzes ao sair do cômodo em tempos de apagão. E quando o problema deixa de existir, os bons hábitos continuam.”

Passo a passo

- » O hábito de colocar as contas na ponta do lápis é o mais importante para a organização financeira. Só assim você poderá ter uma real ideia da situação.
- » Tenha consciência também do seu padrão de consumo, fazendo um mapa de gastos e do seu orçamento.
- » Conscientize-se melhor sobre as opções de crédito, para que possa usufruí-las positivamente.
- » Busque melhor qualidade de consumo.
- » É importante economizar nas pequenas coisas, mas são os grandes gastos que farão a verdadeira diferença. Vale a pena comprar um carro cuja prestação será de R\$ 1.300 ao mês, se você poderia comprar um de R\$ 850 e melhorar muito o padrão de consumo com a diferença? O mesmo vale para a moradia. Para que morar num bairro tão caro, ou num imóvel tão grande, se com um pouco menos você terá muito mais sobrando?
- » Não corte gastos de uma forma generalizada. Reserve uma parte do orçamento para fazer o que o deixa feliz, e o que pode ajudar em sua carreira. Mas o faça com consciência.
- » Não poupar é ruim. Mas poupar demais também. Poucando de 10% a 15% por mês você já faz um bom pé de meia para o futuro e as situações de emergência.
- » Comece poupando com parcimônia. Uma previdência privada é essencial. Depois, comece a investir aos poucos. Fundos de ações, imóveis. Começar com altos investimentos e sem experiência é um comportamento muito agressivo e perigoso para o bolso.
- » Sempre se preocupe com as dívidas. Mesmo as pequenas. Resolvê-las deve ser uma prioridade. Converse com seu gerente, renegocie a dívida com a empresa, corte gastos e busque soluções para livrar-se delas. Quem tem dívidas deve encarar esse momento de resolvê-las como um momento de guerra, que exigirá sacrifícios a curto e médio prazos.
- » Quem tem reservas cresce. Fica mais seguro e ousado na carreira. Poupe.
- » Não se sinta pressionado a manter o mesmo padrão de vida de quando morava com seus pais. Construa sua vida de acordo com a sua realidade presente.
- » A casa própria é um sonho do brasileiro, mas pode se tornar um pesadelo quando comprada na hora errada. Preocupe-se em construir sua carreira e se estabelecer primeiro.
- » Mantenha-se sempre atualizado e informado.
- » Evite o vínculo com muitos bancos. Quanto mais contas você tiver, mais trabalho terá para administrar o dinheiro.

Fonte: consultor financeiro Gustavo Cerbasi

Tudo no lugar

Responda rápido: onde está guardada a nota fiscal da sua televisão nova? E a certidão de nascimento do seu filho? Você perde com frequência as chaves do carro? Lembra onde guarda a fita adesiva? Tem alguma gaveta emperrada em casa? Qualquer sim respondido anteriormente denuncia uma leve inclinação para a desorganização. E como rezam as consultoras de organização, casa desarrumada é reflexo de uma vida desorganizada. Então é começando pelas prateleiras da cozinha ou pelo monte de sapatos no fundo do armário que se põe a vida em ordem.

Ana Azevedo, personal organizer, avalia que os grandes vilões desse enredo são a falta de tempo e o mau planejamento do espaço. “As pessoas até têm a intenção de se organizar, mas não planejam direito e o que arrumam vira bagunça em pouco tempo”, aponta. Se a casa está sendo constantemente arrumada, é sinal de que uma nova tática de organização deve entrar em cena.

O primeiro passo é descartar. Difícilmente você vai conseguir manter arrumado um armário abarrotado de coisas. Separe uma pilha de roupas para deixar em um brechó e converta o descarte em dinheiro. Separe outra pilha para doações. E não ceda a tentações do tipo “essa um dia eu vou usar”, ou “vou usar quando emagrecer”. Normalmente uma segunda opinião no momento do descarte é importante para driblar a autossabotagem da arrumação — prática muito usada pelos desorganizados natos. “Quando a pessoa vê tudo organizado, a casa perde aquele clima tenso e pesado. Daí a manutenção fica muito mais fácil. Os clientes ficam admirados com a forma como a organização afeta a vida deles. Já vi até crise familiar passar depois que colocamos cada coisa em seu lugar”, conta.



Planilhas e cálculos sobre o tempo de estudo destinado a cada matéria levaram Marcos Urata a passar em quatro concursos: em dois deles, levou o primeiro lugar

Para o emprego **dos sonhos**

O funcionário público Marcos Urata é exemplo para os amigos. Em dois anos de estudo, entre 2006 e 2008, ele passou em quatro concursos. Nos dois últimos, da Câmara dos Deputados e do Tribunal de Contas da União (TCU), onde trabalha, passou em primeiro lugar na sua área, tecnologia da informação. Sua fórmula secreta? Organização. “Me organizar foi essencial para conseguir, já que trabalhava e tinha que aproveitar o tempo de folga para estudar”, explica. Ele conta que fazia planilhas a partir do edital dos concursos que tinha interesse em prestar. Com as horas que tinha para estudar — cerca de quatro por dia — fazia um balanço de quanto precisava se dedicar para cada matéria baseado no peso da prova, no conhecimento prévio do conteúdo e no volume a ser estudado.

Com o auxílio do método, conseguiu aprovação em alguns concursos, mas não se classificou em posição suficiente para ser chamado. Foi então que decidiu sair do emprego para estudar em

tempo integral. “Percebi que eu tinha a organização e a disciplina corretas, mas me faltava o tempo necessário”, pondera. Quando se tornou concurseiro em tempo integral, passou a estudar entre oito e 10 horas por dia e tomou medidas para evitar o estresse. Praticava atividades físicas diariamente. E não deixava de lado a família e a namorada — hoje noiva —, Juliana Guedes.

“O tempo para eles diminuiu, mas os via com frequência e eles entenderam que era só por um tempo”, conta. A noiva, além de apoiar, o ajudou a estudar. Formada em direito, ela passou no concurso para o Tribunal Superior do Trabalho (TST) em 2008. Além dos resultados positivos, a organização de Urata para os estudos o transformou numa pessoa mais ordenada em geral, principalmente na área financeira. O hábito de fazer planilhas e se disciplinar a partir dos objetivos possibilitou que ele conseguisse economizar para o casamento, a cerimônia, a lua de mel e a compra do apartamento.