

Título: Revisões		
Veículo: Jornal da Tarde - SP	Seção: Seu Bolso	
Página: 4B	Data: 04/07/2011	Valor: RS 0,00

Revisões



Pense em datas definidas para o próximo semestre, como por exemplo, entregas de projetos importantes, idas ao médico para exames de checkup, etc. Procure antecipar ou agendar atividades que devam ser feitas até o final do ano, assim você prioriza o importante, evita deixar para a última hora e fica com a certeza de que está no controle do seu tempo, ensina Christian Barbosa, especialista em administração do tempo.



Faça uma lista



Faça uma lista dos papéis da sua vida (pai, mãe, profissional, etc) e crie duas colunas: "fazer" e "parar". Na primeira coluna escreva atividades que precisa fazer por cada um destes papéis, coisas bem específicas (em vez de "ler mais", coloque "ler o livro X"). Na segunda coluna coloque as coisas que você faz, mas que não dão nenhum resultado e você sabe que deveria parar de fazer, orienta o consultor.

