

Busca do equilíbrio

Especialista em gestão do tempo e produtividade, Christian Barbosa acaba de lançar o livro Equilíbrio e Resultado, um guia para alcançar objetivos com bem-estar.

Considerado o "Senhor do Tempo" pela revista Você S/A, Christian Barbosa foi um dos mais jovens profissionais certificados pela Microsoft, aos 15 anos criou sua primeira empresa de tecnologia, que se tornou um sucesso. O estresse precoce custou sua saúde e o fez refletir sobre a necessidade de ter mais tempo. É fundador da Triad Productivity Solutions, consul-

toria especializada em produtividade que também desenvolve softwares e organiza palestras para as maiores empresas do país e do exterior. Sua lista de clientes inclui Santander, Bradesco, Gafisa, Mercer, Tupperware, Toyota, Coca-Cola e Rede Globo. É autor de A Tríade do Tempo (Editora Sextante) e outros três títulos.

O livro Equilíbrio e resultado apresenta pesquisas, estudos de caso e um teste para que o leitor possa identificar seu próprio perfil e descobrir o que fazer para fortalecer o lado da balança que está em desvantagem.

AUXÍLIO
Livro ajuda leitor identificar seu próprio perfil e descobrir o que fazer para fortalecer o lado da balança que está em desvantagem

