

www.revistamalu.com.br

SMS: Envie MALU para 44144*

2 Revistas por apenas

R\$ 2,50

SILVIO SANTOS

E A ESPOSA IRIS:

o segredo de 40 anos de união!

10 FRUTAS DETOX

3 VOCÊ EMAGRECE kg por SEMANA!

Faculdade de cabeleireiro

O curso é de três anos e vai muito além do corte e da tintura

DECORE FÁCIL PARA AS FESTAS

Passo a passo para fazer velas, boneco de neve e Papai Noel

Visita ao ginecologista

Médico José Bento orienta quando é hora de levar sua filha para a primeira consulta

GUIA DE CORTES AFRO

Longo, médio ou curto: 8 ideias para mudar o visual!

Infalíveis!

REMÉDIOS CASEIROS

Colesterol • TPM

Inchaço • Diabetes

Hipertensão

4 de Dezembro de 2014 - Ano 16, nº 649

ISSN 1516-3512

9 771516 351009 00649

alto astral

Receita especial para fazer no Natal!

BOLO CHURROS

Page 1 / 2



Sabe o que mais tem no mundo? Gente infeliz com o que está fazendo da vida, sobrevivendo em vez de viver intensamente. Gente que nunca vai conseguir ter tempo de verdade, pois não há um verdadeiro motivo para se

Descontente no trabalho?

ter mais tempo. Será que você está nesse estágio?”, questiona Christian Barbosa, especialista em administração de tempo.

Sinais do descontentamento

Segunda-feira é um martírio: quem acorda sem qualquer disposição de fazer acontecer tem um dos sintomas da sobrevivência. Reclama sem saber o porquê: você “bufa” várias vezes por hora com aquelas coisas que aparecem no

meio do seu dia? Se você está reclamando de tudo está no caminho de se tornar um walking dead (zumbi da vida).

Faz mais coisas pessoais no trabalho que profissionais: não tem problema se forem no tempo certo e com bom senso. Agora se você foge para o pessoal, há algo errado. Vive procurando outras oportunidades de emprego: querer melhorar é natural, mas será que você tem um foco específico para isso ou está aleatoriamente

buscando algo diferente?

Sensação de que está faltando algo: pessoas que estão sobrevivendo vivem com a sensação de que precisam dar a guinada. É um pensamento que vai e volta, mas sem respostas práticas.

Ausência de desafios: quem não tem um grande para sua vida, acaba entrando nesse ciclo de sobrevivência.

CONSULTORIA: Christian Barbosa, especialista em administração de tempo e produtividade. Site www.maistempo.com.br