



Presidente: Roberto Romi Zanaga    Diretor-superintendente: Delvino Antonio Nunes

|                                                                |                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Editor-chefe</b><br>Claudio Gioria<br>gioria@tododia.com.br | <b>Editor executivo</b><br>George Aravanis<br>george@tododia.com.br | <b>Conselho Editorial</b><br>Roberto Romi Zanaga, Delvino Antonio Nunes, Claudio Gioria, George Aravanis, Cristiane Caldeira, Fabio Furlan, Francisco Lima Neto, João Conrado Kneipp, Rodrigo Perelra, Silvana Gualume e Thomaz Fernandes |
|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                       |                                                                                                        |                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Editores</b><br>Cristiane Caldeira   cristianecaldeira@tododia.com.br<br>Fabio Furlan   fabiofurlan@tododia.com.br | Francisco Lima Neto   franciscolima@tododia.com.br<br>João Conrado Kneipp   joaoconrado@tododia.com.br | Rodrigo Perelra   rodrigopereira@tododia.com.br<br>Silvana Gualume   silvanagualume@tododia.com.br<br>Thomaz Fernandes   thomazfernandes@tododia.com.br |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

COMPORTAMENTO

Não seja escravo do planejamento



**Christian Barbosa**  
Especialista em administração de tempo e produtividade

Eu não sei dizer quando isso começou, mas, de repente, o mundo ficou chato demais. Diria que estamos vivendo um processo de robotização. É impressionante, pois trabalho com produtividade há alguns anos, desenvolvo softwares para isso, elaborei experimentos com planilhas e sistemas, mas percebo que muitas pessoas estão se transformando em verdadeiras escravas do mundo.

Recentemente conheci um cara que tinha planilha para todas as ações da vida dele. Era uma loucura: ele criou abas para corrida, andar de bicicleta, nutrição, finanças, lazer, metas etc. Ele sabia

Precisamos ser flexíveis dentro das visões de longo prazo

tudo o que ia fazer nos próximos 15 minutos e quais eram todos os passos para os próximos seis meses.

Cuidado! Isso pode se transformar em uma neura. Aliás, algumas pessoas estão

colocando na planilha a hora de tomar água e ir ao banheiro. Não é isso que a gente precisa e deve fazer. Acredito que ter uma ferramenta que contribua com a produtividade é extremamente positivo - aliás, diria que é essencial. Mas não é dessa forma que ela deve funcionar.

Sou favorável a desenvolver um planejamento, estipular metas e ter uma visão de longo prazo. Porém, não é necessário ser tão preciso em todos os passos, pois é difícil enxergar com exatidão como as coisas vão funcionar daqui a três ou cinco anos. Tudo é muito volátil, as coisas mudam e nós mudamos também, por isso precisamos ser flexíveis dentro das visões de

longo prazo.

Apesar disso tudo, ainda encontro muita gente que diz não gostar de planejar por acreditar que vai se prender demais ao usar uma agenda para organizar as atividades. No entanto, a verdade é bem diferente disso: o planejamento serve para ajudar a pessoa a realizar tudo aquilo que ela gostaria de fazer e auxilia a transformar os sonhos em realidade, ou seja, tirar aquele plano antigo da gaveta.

Planejar é importante para ter produtividade e espontaneidade. A partir do momento que o planejamento passa a funcionar, entramos em um estágio de mais ações executadas, menos procrastinação e mais tempo livre para ser espontâneo e fazer aquilo que realmente desejamos.

Entendeu a diferença en-

tre ser um robô e uma pessoa planejada? Quando falo em planejamento, estou me referindo a ter flexibilidade e liberdade. Isso faz a vida ficar mais natural. Por isso, da próxima vez que for planejar algo, coloque você na agenda, dedique um tempo para os momentos de lazer. Pare de ser um chato, que se planeja para tudo, e tente ser mais sutil com a vida.

Dedique um tempo para atividades leves e que dão prazer. Isso tem de ser feito de forma espontânea e, caso não dê certo no dia previsto, deixe para o dia seguinte e não se sinta culpado. O planejamento tem de ser feito para gerar liberdade, não para transformar as pessoas em robôs. Planejar é tornar viável uma vida com equilíbrio e resultado ao mesmo tempo.

CHARGE



A SUA OPINIÃO

Campanha Rosa do Bem

**Maria Fernanda Grecco Meneghel**  
Coordenadora do Rosa do Bem Americana



Ao enaltecer a profundidade, a repercussão e a magnitude que nossa campanha “Rosa do Bem - Por Amor à Vida” alcançou, quero deixar claro que se não fosse o cari-

nho, a dedicação e a generosidade de todos os colaboradores, parceiros e participantes esse grande brilho não seria atingido.

A divulgação e aceitação da prevenção do câncer de mama são atitudes de cidadania, de amor ao próximo, de altruísmo profundo e gratificante.

A colaboração e participação do **TODODIA** foram dignificantes para a campanha, motivo dos meus sinceros agradecimentos.

Somente serão publicadas cartas com temas de interesse coletivo, com no máximo 30 linhas, que contenham nome e endereço completo, RG, profissão, idade e assinatura(exceto em mensagens por e-mail). É indispensável telefone para contato. O TODODIA se reserva no direito de solicitar a assinatura de um termo de autorização, selecionar as cartas a publicar

O DIA EM 5 FRASES

“ELES NÃO SOUBERAM PERDER”

Lula | Ex-presidente da República

“ESTÁ MAIS QUE CARACTERIZADO O DANO AMBIENTAL”

Joi Fornasari | Vereador de Santa Bárbara

“É UM DISCO PARA DIVERTIR”

Rogério Flausino | Vocalista do Jota Quest

“SE VIER A COTA EU TOCO O FUTEBOL”

Luiz Eduardo Salau | Empresário

“SOU ADMIRADOR E AMIGO DO TITE”

Marcelo Oliveira | Técnico do Palmeiras

DEU O QUE FALAR



Ministério Público de São Paulo pede que Sanasa corte 181 comissionados

Vou deixar meu currículo... Sou todo ideias!

Idomar Fernando Schibelsky

Pai acusa Hospital Vera Cruz de negligência após morte de filha de 18 anos

Por isso que devemos ficar atentos quando vamos ao médico.

Simone Leandro

Complicado, porque ele mesmo relata que eles não sabiam que ela era alérgica a iodo...

Cíntia Barbosa

O seu espaço

Mande sua carta, sua foto, conte sua história, dê sua opinião, ajude a fazer o TODODIA: redacao@tododia.com.br | www.tododia.com.br

**CAMPINAS:** Edifício Sada Jorge - Irmã Serafina, 863 - Sala 73 - Centro - CEP 13.015-914 - Telefone (19) 3325-6005 | **AMERICANA:** Avenida São Jerônimo, 2.210 - Morada do Sol - CEP 13.470-310 - Telefone (19) 3471-2700 | **WEB SITE:** www.tododia.com.br | **E-MAIL:** tododia@tododia.com.br. **EXPEDIENTE: REDAÇÃO** - Se você tem alguma reclamação a fazer, denúncia, sugestão ou conhecimento de alguma ameaça a direitos ou algum ato ilegal, ligue (19)3471-2787 ou mande e-mail para redacao@tododia.com.br. Em Campinas, o telefone é (19) 3325-6005 e o e-mail redacaocampinas@tododia.com.br. Para anunciar ou obter informações, ligue (19) 3471-2731 - Fax (19) 3471-2702. E-mail: comercial@tododia.com.br. Sucursal Campinas: Edifício Sada Jorge - Irmã Serafina, 863 - Sala 73 - Centro - CEP 13.015-200 - Telefone (19) 3325-6005 - E-mail: comercialcampinas@tododia.com.br. **ASSINATURA** - Para assinar o TODODIA entre em contato pelo sal@tododia.com.br ou (19) 3471-2771. **ATENDIMENTO AO LEITOR** - Para tirar dúvidas, fazer sugestões ou reclamações, ligue (19) 3471-2797 de segunda a sexta, das 8h às 17h; sábados e feriados, das 8h às 12h. **CLASSITOTAL** - Para anunciar ligue (19) 3471-2722 - Fax (19) 3471-2702. **BALCÕES DE ANÚNCIOS | AMERICANA** - Avenida São Jerônimo, 2.210 - Morada do Sol; Café com Leitura TODODIA, à Praça Comendador Müller - Centro - Americana | **CAMPINAS** - Irmã Serafina, 863 - Sala 73 - Centro.