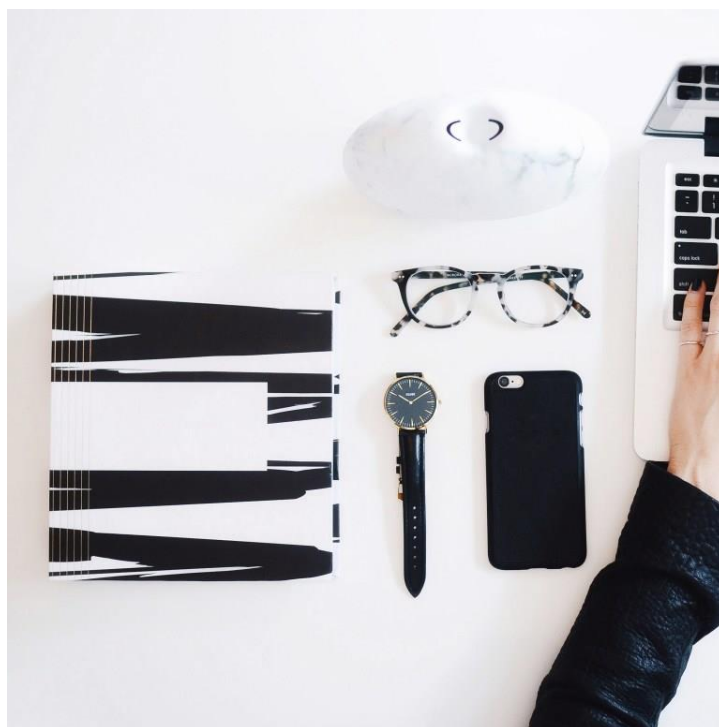




MASTERCLASS PLANEAMENTO ESTRATÉGICO & GESTÃO DE PRIORIDADES

by The Minimal Magazine



Exausto de viver numa correria caótica?

A chave para um dia-a-dia mais tranquilo – com mais tempo de qualidade – está assente numa **abordagem mais estratégica, consciente e coerente** sobre a sua vida.

Uma Masterclass para aprender como pode ser mais estratégico nos seus planeamentos, a delinear prioridades e a gerir o seu tempo. Acima de tudo, perceber que as ferramentas de Gestão Estratégica se encaixam não apenas no trabalho, mas também na vida.

DATA | Quarta, 30 de Setembro 2020 | 18h30 às 20h15 [ÚLTIMOS LUGARES]

DURAÇÃO | 1 hora e 45 minutos

INCLUI | Masterclass Online em Videoconferência & Workbook Exclusivo

VALOR | 25€



QUAL O SUCESSO DA METODOLOGIA DA THE MINIMAL ACADEMY?



PORQUE É TÃO IMPORTANTE?

Sente-se frequentemente frustrado com a **quantidade monumental de coisas que têm para fazer** e o pouco que realmente consegue concretizar durante o dia?

Pior do que isso, muitas vezes, **o que é realmente importante fica para trás.**

É bastante **comum sentirmo-nos constantemente ocupados e assoberbados**, mas no que toca à concretização, sentimos que não fizemos nada de realmente importante.

Evidentemente, o nosso objectivo de vida não é sermos um *robot* de produtividade, no qual cada segundo é altamente otimizado.

O segredo está no foco, nas prioridades e nas escolhas certas.



A urgência é o impulso da era moderna. Tudo é importante, tudo é crítico, tudo é (preferencialmente) para ontem.

Uma existência fugaz e frenética, vivida na miragem da produtividade. Incessantemente devorada pela cultura da redundância e do imediatismo, onde mais é sempre mais.

Somos essencialmente reactivos, numa sociedade onde o "Estado de Ocupado" é reverenciado como símbolo de sucesso e de status



É fundamental reencontrarmos o nosso equilíbrio. Aprendermos a criar Estratégias eficientes de Gestão de Tempo e, acima de tudo, de Definição de Prioridades.

Existem diversas investigações científicas que nos lembram que o constante 'Estado de Ocupado' pode ser um vício tão real como uma qualquer outra dependência – como o álcool ou o tabaco – quando é utilizado como



mecanismo de encaixe para conseguirmos lidar melhor com os agentes stressores e as situações mais desagradáveis na nossa vida.

As ferramentas de **Gestão Estratégica** conseguem ajudar-nos a sermos mais **eficientes**, mas também mais conscientes, mais atentos e mais coerentes na nossa vida. Conhecermos os nossos limites e respeitarmos as nossas prioridades. Podemos continuar a ter o nosso 'Sentido de Urgência', mas sabermos reconhecer quando – e como – é que ele faz sentido. **Aprender a priorizar.**

Se conseguimos otimizar *performances* corporativas e sistemas de produção, conseguimos também **ser mais estratégicos em relação à forma como gerimos a nossa vida!** Vamos a isso?

Está nas nossas mãos a capacidade de tornar a nossa vida mais saudável, mais tranquila e mais feliz.

São todas estas estratégias que queremos partilhar consigo!

PROGRAMA

Utilizando os princípios científicos da **Sociologia**, da **Psicologia Aplicada** e da **Gestão Estratégica** vai aprender:

- Compreender o impacto que ambiente contemporâneo tem sobre a sua capacidade de foco e de concretização.
- Compreender como o seu **Sentido de Urgência** e o perpétuo **Estado de Ocupado** podem estar a funcionar contra si.
- **Resignificação de pré-concepções falaciosas** que o mantêm constantemente envolvido e ocupado com as coisas erradas.



- Aprender a **reconhecer** e a **contornar** os maiores obstáculos à sua **eficiência**.
- Estratégias eficazes de **Mapeamento**, **Definição de Prioridades** e de **Gestão de Tempo**.
- Estratégias para delinear **melhores Objectivos** e **Metas Tangíveis** que sejam efectivamente gratificantes e de acordo com o que realmente ambiciona.
- Perceber que ferramentas pode utilizar para **simplificar o seu dia-a-dia** de forma eficiente.
- Aprender a **respeitar os seus limites** e a reconhecer o que para si é, de facto, o mais importante.

(Re)desenhar a melhor versão de si próprio.

As vagas são limitadas e estão quase a esgotar.

Reserva já o seu lugar e transforme a sua vida.

Reservas (temporariamente) através de info@theminimalmag.com

P. S. – E se sente que o final do dia é difícil de gerir, é só mais uma razão para respirar fundo, **encher-se de coragem** e dar o **primeiro passo** para investir em si, a valer.

Passamos a vida a adiar o que é fundamental fazermos por nós próprios.

Essa decisão terá sempre de ser sua. **Muda de Vida!**

EMPOWERED
BY



LISBOA
EMPREENDE

MADE OF
LISBOA

Officially part of the
Community of Lisbon-based
innovators

CASA DO
IMPACTO

SANTA
CASA
Instituto de Lisboa