



Estilo de vida

Falamos sobre estilo de vida também, ou seja, como nos comportamos, quais são os nossos hábitos e nossa forma de viver. Agora aproveite para refletir sobre as seguintes questões:

- Você está satisfeito com ele?
- O que você gostaria de melhorar?
- Como pretende fazer isso?

Aproveite e anote a sua resposta no Evernote ou em outro arquivo. Lembre-se que ao criar metas para seus objetivos pode te ajudar a tirar os planos do campo das ideias e torná-los reais.