

PLANEJAMENTO

PLANEJAMENTO

“Planejamento é um processo de escolha entre muitas opções. Se não escolhermos planejar, então escolhemos que os outros planejem por nós.”

-Richard I. Winwood



PLANEJAMENTO NO NEGÓCIO – MODELO ROA



RESULTADO



OBJETIVOS



ATIVIDADES

EXEMPLO DO COTIDIANO... 'SAÚDE'

RESULTADOS



Melhorar saúde

OBJETIVOS




Perder 25 quilos

ATIVIDADES



Exercícios por 30 minutos; 5 vezes na semana; Comer 1500 calorias por dia

CRITÉRIO SMART: TRAÇAR METAS E ATIVIDADES



Specific (Específico)
Measurable (Mensurável)
Action-oriented (Ação orientada para o cliente)
Realistic (Realista)
Time-based (Baseado no tempo)