

 07

Calendário de estudos

Vimos que estimular nossa capacidade de aprendizado é muito importante para ter mais equilíbrio na vida. Dedicar parte do seu tempo para aprender novidades que lhe estimulem de forma prazerosa – seja em aulas de dança, línguas ou até com palavras-cruzadas pode fazer toda diferença.

Por esta razão, gostaria de recomendar a leitura desse artigo escrito pelo Guilherme Silveira onde ele fala sobre [O dia a dia de um profissional que aprende: o calendário de estudo](http://blog.alura.com.br/o-dia-a-dia-de-um-profissional-que-aprende-o-calendario-de-estudo/) (<http://blog.alura.com.br/o-dia-a-dia-de-um-profissional-que-aprende-o-calendario-de-estudo/>).

Lembrando que se você tiver outros hábitos que o ajuda nos estudos, compartilhe conosco através do Forum.