

# QUANTO TEMPO TEM O TEMPO?

REGRAS BÁSICAS PARA A EFICIÊNCIA PESSOAL E PROFISSIONAL

CARLOS ALBERTO JÚLIO

Linda Fóz do Iguaçu , 24 08.2019



# QUANTO TEMPO TEM O TEMPO?

REGRAS BÁSICAS PARA A EFICIÊNCIA PESSOAL E PROFISSIONAL

CARLOS ALBERTO JÚLIO



# POR QUE MONTEI ESSA PALESTRA?

- Será que sou um **mentiroso**?
- Como fazer **sobrar tempo** na minha agenda?
- Como **aguentar o stress** de ter que entregar cada vez mais?
- Como tomar **decisões corretas**?

COMO  
**VOCE**<sup>Ê</sup>  
FAZ?

FAZER

DECIDIR



RESULTADO



FOCO



DISCIPLINA



ORGANIZAÇÃO

COMO  
**VOCÊ**  
FAZ?

FAZER

DECIDIR



RESULTADO



TO DO LIST?



COMO FUNCIONA A SUA

**LISTINHA?**

**IMPORTANTE X URGENTE**

# IMPORTANTE X URGENTE

ESTRATÉGICO

	NÃO URGENTE	URGENTE
IMPORTANTE	<b>DECIDA QUANDO FAZER</b>	<b>FAÇO AGORA</b>
NÃO IMPORTANTE	<b>FAÇO DEPOIS</b>	<b>DELEGO</b>

Matriz de Eisenhower

# DUAS DICAS

RARAMENTE AS DECISÕES  
**URGENTES** SÃO AS MAIS  
**IMPORTANTES!**

FAZER O **IMPORTANTE**  
ANTES QUE ELE VIRE  
**URGENTE!**



# COMO FUNCIONA A **MINHA LISTINHA?**

1. Organizar o **ano...**
2. Organizar o **mês...**
3. Organizar a **semana...**
4. Organizar o **dia...**

# DUAS DICAS

O QUE NÃO POSSO  
DEIXAR DE FAZER  
**HOJE?**

QUAIS SÃO OS  
**LADRÕES** DO SEU  
**TEMPO?**

# MEDO DE ERRAR

EU NUNCA PERCO.  
OU EU GANHO,  
OU APRENDO.

*Nelson Mandela*



# Sintonize as melhores ideias.

Gestão Descomplicada. A nova coluna do Carlos Júlio no Jornal da CBN 2ª Edição, com Roberto Nonato. Dicas de negócios e ferramentas de gestão, para explicar o que parece complicado mas não é no mundo dos negócios.

**Segunda à Quinta-feira as 19:25 hs.**



REDE  
**CBN**  
A RÁDIO QUE TOCA NOTÍCIA.

 **OUÇA OS PODCASTS**

Para participar, envie email para:  
[gestao@cbrn.com.br](mailto:gestao@cbrn.com.br)

[Visite: www.carlosjulio.com.br](http://www.carlosjulio.com.br)



# FAST, CHEAP, LEARN...

TOLERÂNCIA AO ERRO HONESTO...

IMPORTANTE É ERRAR LOGO...

IMPORTANTE É ERRAR BARATO...

E APRENDER...

FAST, CHEAP, LEARN.

DICA DE

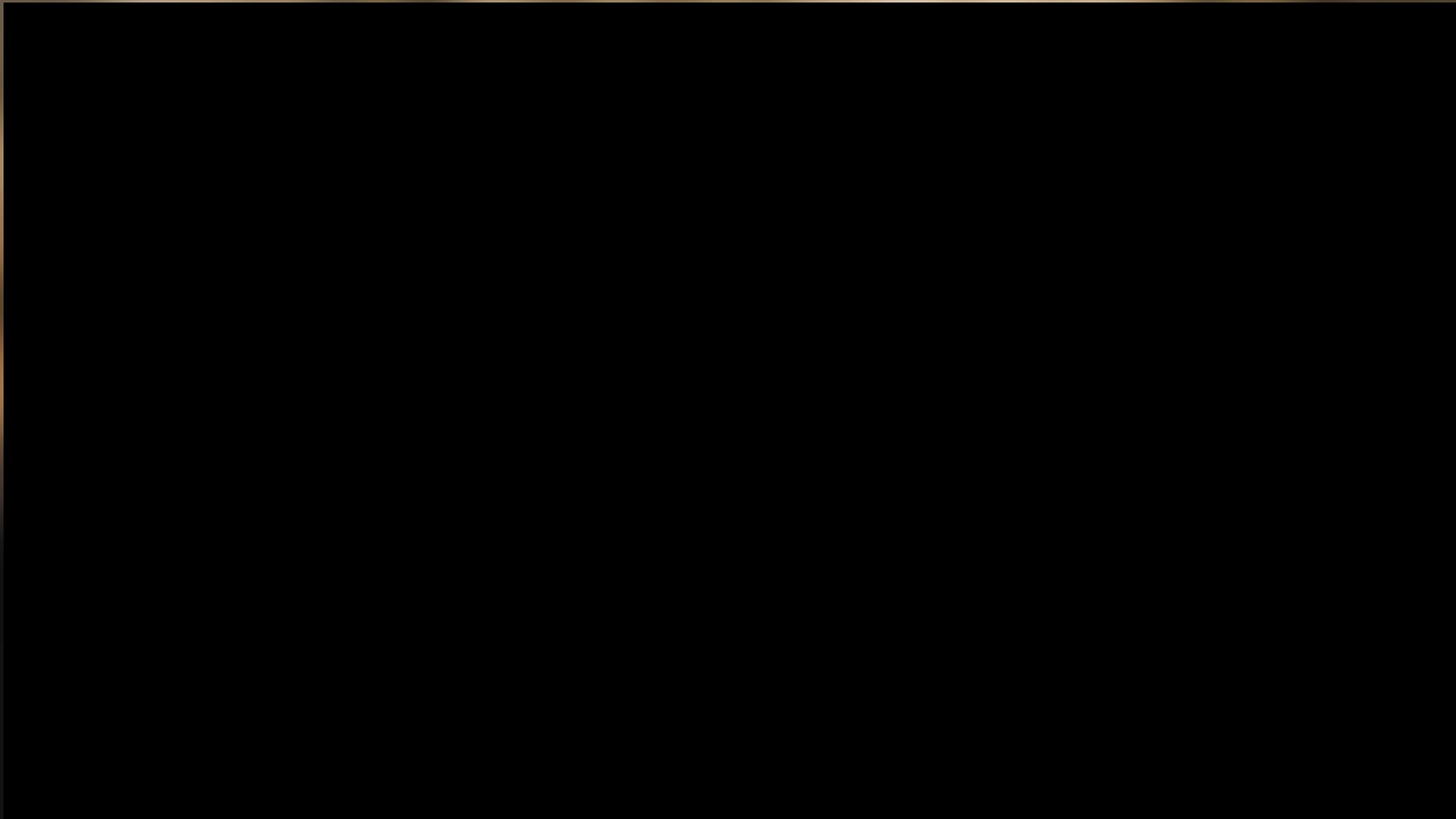
O U R O

“ O QUE TE DETEM DE FAZER O QUE  
VOCÊ QUER? ”



PERGUNTA DE  
**O U R O**

O QUE NOS IMPEDE DE FAZER  
**O QUE QUEREMOS?**





@profcarlosjulio



# MUITO OBRIGADO!



[www.carlosjulio.com.br](http://www.carlosjulio.com.br)



[julio@carlosjulio.com.br](mailto:julio@carlosjulio.com.br)



[@professorcarlosjulio](https://www.facebook.com/professorcarlosjulio)



[@profcarlosjulio](https://www.instagram.com/profcarlosjulio)



[@profcarlosjulio](https://twitter.com/profcarlosjulio)



Carlos Alberto Julio

# ESCOLHA **2** DUAS

QUALIDADE

RAPIDEZ

PREÇO BAIXO



POR QUE VOCÊ ESPERA RESULTADOS DIFERENTES

**SE FAZ TUDO IGUAL?**



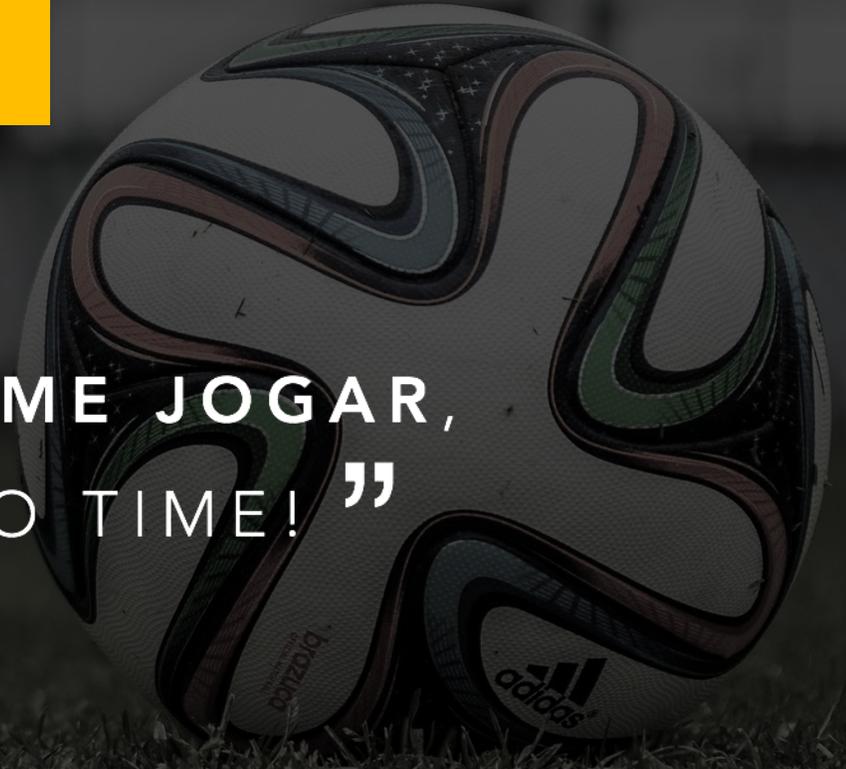
POR QUE VOCÊ ESPERA RESULTADOS DIFERENTES

**SE FAZ TUDO IGUAL?**

DICA DE

O U R O

“ LIDERAR É FAZER O TIME JOGAR,  
NÃO É JOGAR PELO TIME! ”

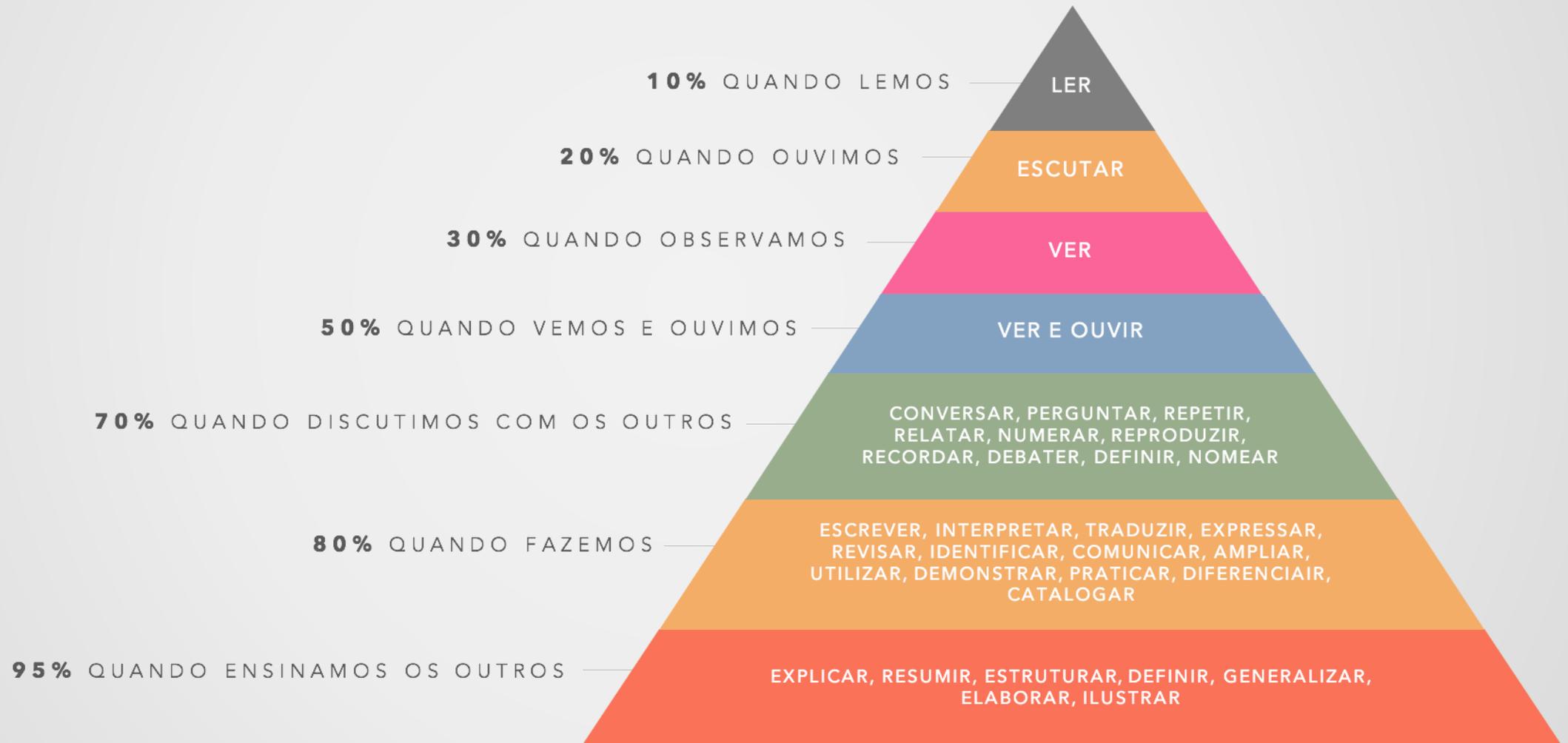


# PIRÂMIDE DE WILLIAM GLASSER

APRENDEMOS...



# PIRÂMIDE DE WILLIAM GLASSER





VOCÊ ESTÁ

*On* OU *Off?*

INOVAÇÃO  
DISRUPÇÃO

---