

VOCÊ SENTE O M EM SUAS COST

Aumento no índice de stress, depressão, tra-
cos, baixa produtividade, dificuldades nos relac-
dades de administrarem o próprio tempo, é o que
minhas palestras empresariais . Algumas pessoas
consciência e verbalizar a pressão que sentem, s-
balho, seja da esposa, dos filhos, dos pais ou d-
hoje uma pressão do mundo, que somada as cre-
ter que ser sempre os melhores em tudo, prova-
vezes você pensa que não vai aguentar e chega
louquecer.

Você sabe o quanto é desconfortável sentir-
capaz, impotente e com uma pilha de coisas pa-
vezes sente vontade de fugir... Outras vezes a-
cutindo, falando o que nem queria falar e arruma-
que as consequências podem ir longe.

Talvez você seja a pessoa que não percebe
te, e é o seu corpo que se dá conta disso, som-
de saúde, como pressão alta, dores musculares,
mostrando através de dores de cabeça ou gripes
da um desanimo ou insatisfação com tudo a sua

Você tem consciência que não pode mudar
precisa viver nele

