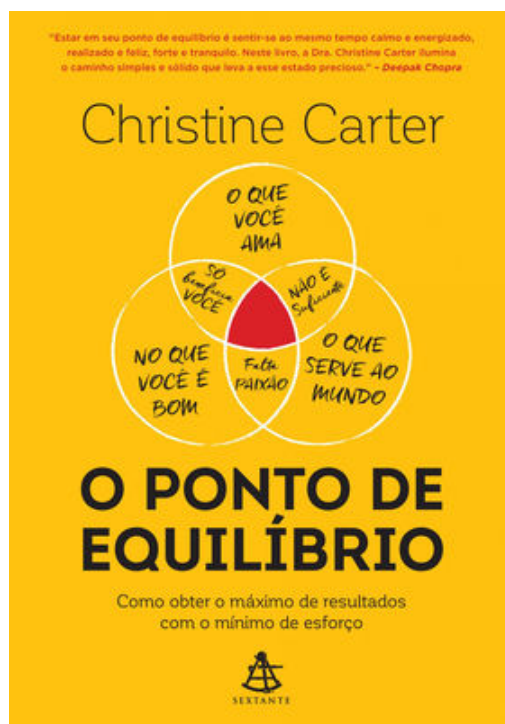


# Baixar O ponto de equilíbrio (PDF, ePub, Mobi) Christine Carter GRATIS



Você não precisa abrir mão da carreira para viver sem estresse nem deve sacrificar suas poucas horas de lazer para ser mais produtivo - basta encontrar seu ponto de equilíbrio, um estado em que você é capaz de fazer *mais* se esforçando *menos*.

Essa foi a conclusão a que chegou a socióloga Christine Carter. Sentindo-se sobrecarregada ao tentar conciliar os papéis de escritora, palestrante e mãe, ela lançou mão de seu vasto conhecimento sobre felicidade e alta performance e testou em si mesma diversas técnicas que prometiam trazer mais eficiência ou mais tranquilidade.

Acabou descobrindo que o ideal é unir nossas paixões, nossa vocação e nosso trabalho - três forças que, quando combinadas, nos dão entusiasmo e serenidade para enfrentar qualquer situação.

Abordando temas como o excesso de trabalho, a falta de tempo e a distração causada pelo mundo virtual, *O ponto de equilíbrio* apresenta técnicas para você promover uma mudança significativa em sua vida.

Seja instituindo micro-hábitos que poupam tempo ou girando grandes engrenagens para converter a tensão em energia criativa, você vai aprender a:

- Aumentar a proporção de emoções positivas no seu dia a dia e eliminar os hábitos negativos que sabotam o seu bem-estar.
- Parar de tentar fazer tudo certo e começar a fazer apenas as coisas certas.
- Aprender a dizer "não" quando necessário - sem se sentir culpado por isso.
- Deixar de ser multitarefa e ganhar mais eficiência.
- Usar a tecnologia para aumentar - e não drenar - sua energia.

**"Estar em seu ponto de equilíbrio é sentir-se ao mesmo tempo calmo e energizado, realizado e feliz, forte e tranquilo. Nesse livro, a Dra. Christine Carter ilumina o caminho simples e sólido que leva a esse estado precioso." - Deepak Chopra**

<b>título</b>	: O ponto de equilíbrio
<b>Autor</b>	: Christine Carter
<b>Categoria</b>	: Autoajuda
<b>Publicado</b>	: 15/03/2016
<b>Editora</b>	: Sextante
<b>Vendedor</b>	: DLD Distribuidora de Livros Digitais
<b>Páginas impressas</b>	: 256 páginas

Ler ou baixar Online O ponto de equilíbrio PDF, ePub, Mobi Christine Carter Livre livros especiais para atender o seu passatempo de leitura. Baixe agora!, Você não precisa abrir mão da carreira para viver sem...

---

**Size** : 1.53MB

[Baixar O ponto de equilíbrio \(PDF, ePub, Mobi\) Christine Carter GRATIS](#)

# Baixar O ponto de equilíbrio (PDF, ePub, Mobi) Christine Carter GRATIS

[Baixar O ponto de equilíbrio \(PDF, ePub, Mobi\) Christine Carter GRATIS](#)

**O PONTO DE EQUILÍBRIO PDF** - Are you looking for eBook O ponto de equilíbrio PDF? You will be glad to know that right now O ponto de equilíbrio PDF is available on our online library. With our online resources, you can find O ponto de equilíbrio or just about any type of ebooks, for any type of product.

Best of all, they are entirely free to find, use and download, so there is no cost or stress at all. O ponto de equilíbrio PDF may not make exciting reading, but O ponto de equilíbrio is packed with valuable instructions, information and warnings. We also have many ebooks and user guide is also related with O ponto de equilíbrio PDF and many other ebooks.

We have made it easy for you to find a PDF Ebooks without any digging. And by having access to our ebooks online or by storing it on your computer, you have convenient answers with O ponto de equilíbrio PDF. To get started finding O ponto de equilíbrio, you are right to find our website which has a comprehensive collection of manuals listed.

Our library is the biggest of these that have literally hundreds of thousands of different products represented. You will also see that there are specific sites catered to different product types or categories, brands or niches related with Applied Numerical Methods With Matlab Solution Manual 3rd Edition PDF. So depending on what exactly you are searching, you will be able to choose ebooks to suit your own needs.

Here is the access Download Page of O PONTO DE EQUILÍBRIO PDF, click this link to download or read online:

[Baixar O ponto de equilíbrio \(PDF, ePub, Mobi\) Christine Carter GRATIS](#)

## Top 15 Melhores Bri Livros [FREE]:

### [PDF] O milagre da manhã



<http://media.beebok.info/br-1155673257/o-milagre-da-manha.html>

Conheça o método simples e eficaz que vai proporcionar a vida dos sonhos — antes das 8 horas da manhã! Hal Elrod explica os benefícios de acordar cedo e desenvolver todo o nosso potencial e as nossas habilidades. O milagre da manhã permite que o leitor...

---

### [PDF] A sutil arte de ligar o f\*da-se



<http://media.beebok.info/br-1293280123/a-sutil-arte-de-ligar-o-f-da-se.html>

Chega de tentar buscar um sucesso que só existe na sua cabeça. Chega de se torturar para pensar positivo enquanto sua vida vai ladeira abaixo. Chega de se sentir inferior por não ver o lado bom de estar no fundo do poço. Coaching, autoajuda, desenvolvimento pessoal,...

---

### [PDF] Me Poupe!



<http://media.beebok.info/br-1381518235/me-poupe.html>

Como economizar no dia a dia? Como poupar mesmo ganhando pouco? Quais são os melhores (e os piores) investimentos? Como poupar para o futuro sem abrir mão dos desejos e necessidades do presente? Sei que você tem muitas dúvidas sobre o que fazer com o seu dinheiro. Sei...

---

### [PDF] Minha história



<http://media.beebok.info/br-1389262107/minha-historia.html>

Um relato íntimo, poderoso e inspirador da ex-primeira-dama dos Estados Unidos. Com uma vida repleta de realizações significativas, Michelle Obama se consolidou como uma das mulheres mais icônicas e cativantes de nosso tempo. Como primeira-dama dos Estados Unidos —...

---

### [PDF] O Evangelho segundo o Espiritismo



<http://media.beebok.info/br-1147726566/o-evangelho-segundo-o-espiritismo.html>

Autor: Allan Kardec. Tradutor: Evandro Noleto Bezerra. Terceira obra da Codificação Espírita, O evangelho segundo o espiritismo foi publicado pela primeira vez em 1864, na França, sendo hoje o livro espírita mais lido no Brasil. Escrito em linguagem...

---

## [PDF] After



<http://media.beebok.info/br-1093695334/after.html>

Depois de bater a marca de um bilhão de acessos na plataforma de leitura Wattpad ao transformar os integrantes da banda One Direction em personagens de uma história de amor sexy, a série After vira livro e promete ser o novo fenômeno editorial. No primeiro livro, Tessa,...

---

## [PDF] O poder do hábito



<http://media.beebok.info/br-1254052358/o-poder-do-habito.html>

Charles Duhigg, repórter investigativo do New York Times, mostra que a chave para o sucesso é entender como os hábitos funcionam - e como podemos transformá-los. Durante os últimos dois anos, uma jovem transformou quase todos os aspectos de sua vida. Parou de...

---

## [PDF] O poder da autorresponsabilidade



<http://media.beebok.info/br-1330971124/o-poder-da-autorresponsabilidade.html>

Muitas pessoas têm consciência de que precisam assumir as rédeas da própria vida, porém não sabem como fazer isso na prática. Este livro traz ao leitor o conceito de autorresponsabilidade. Trata-se de um manual que apresenta a metodologia das 6 leis...

---

## [PDF] Seja foda!



<http://media.beebok.info/br-1343814022/seja-foda.html>

Aposto que você quer, no final da sua vida, olhar para trás, bater no peito com o coração cheio de felicidade, sem falsa modéstia, com plena convicção e serenidade, e dizer: minha vida foi FODA. Mas calma, encontrar este livro é só o...

---

## [PDF] Um estranho irresistível



<http://media.beebok.info/br-1448030115/um-estranho-irresistivel.html>

Garrett Gibson, a única mulher médica na Inglaterra, é tão ousada e independente quanto qualquer homem - então por que não aproveitar os prazeres da vida como um deles? No entanto, ela nunca se sentiu tentada a embarcar em um caso. Até agora....

---

## [PDF] O poder da ação



<http://media.beebok.info/br-1098942616/o-poder-da-acao.html>

Acorde para os objetivos que quer conquistar. Já aconteceu a você de se olhar no espelho e não gostar daqueles quilos a mais? De observar seu momento profissional somente com frustração? De se sentir desconectado dos seus familiares, dos seus amigos? Se você...

---

## [PDF] **Seja o amor da sua vida**



<http://media.beebok.info/br-1391793319/seja-o-amor-da-sua-vida.html>

EU SEI QUE VOCÊ PROCURA O AMOR Eu sei por que você está aqui lendo este livro e levantando os olhos enquanto se pergunta mentalmente: &#34;como ele sabe?&#34;. Eu sei por que, de alguma maneira, as pessoas se atraem. E, por alguma razão que não saberei...

---

## [PDF] **After - Depois da verdade**



<http://media.beebok.info/br-1093745306/after-depois-da-verdade.html>

Segundo livro da série After, o novo fenômeno editorial, que já bateu a marca de um bilhão de acessos na plataforma de leitura Wattpad. Tessa tenta esquecer Hardin, o jovem caótico e revoltado que partiu seu coração em vários pedaços....

---

## [PDF] **A magia do silêncio**

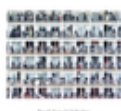


<http://media.beebok.info/br-1426038948/a-magia-do-silencio.html>

Celebrada como uma nova e original voz do budismo, a monja francesa Kankyo Tannier parte de sua rica experiência pessoal para nos mostrar o poder transformador da prática do silêncio. Não apenas o silêncio das palavras, mas também dos pensamentos (reduzindo...

---

## [PDF] **Ricardo Serpa Art Collections**



<http://media.beebok.info/br-1453076702/ricardo-serpa-art-collections.html>

A complete catalog from my fine art photography prints. My online gallery at [www.rsrtcollections.com](http://www.rsrtcollections.com) offers these images in small Limited Editions, in three different sizes, with a signed and numbered Certificate of Authenticity included for each print. Select your favorite images, decide on sizes...