Sono: não sabote suas noites

Não tem insônia e mesmo assim têm problemas para conciliar seu sono a rotina agitada? Não entre em desespero: uma rotina persistente pode ajudar muito!

Lidando com esnobes

Esnobes existem desde sempre e estão por toda parte: em centros urbanos a subúrbios, no trabalho e na escola. Muitas vezes, você pode reconhecê-los pelo fato de pensarem que são melhores que toda a humanidade.

Coisas não óbvias que podem refletir em sua entrevista de emprego

O conhecimento e a experiência têm, sim, um papel muito importante em qualquer entrevista de emprego. Mas, dos aspectos mais óbvios, há outros não muito comuns, que podem influenciar o resultado.

Por que ao vivo é tão difícil?

Um dos muitos efeitos dessa pandemia foi uma grande mudança no relacionamento entre as pessoas – reflexo do convívio ao vivo mais intenso e, muitas vezes forçado.

Tendências Pós Pandemia: o mundo que escolhemos

Como já falamos aqui, as tendências surgem anos antes de serem comercializadas ou divulgadas.