



# LIBERTAR A CRIATIVIDADE E SUPERAR A ROTINA

---

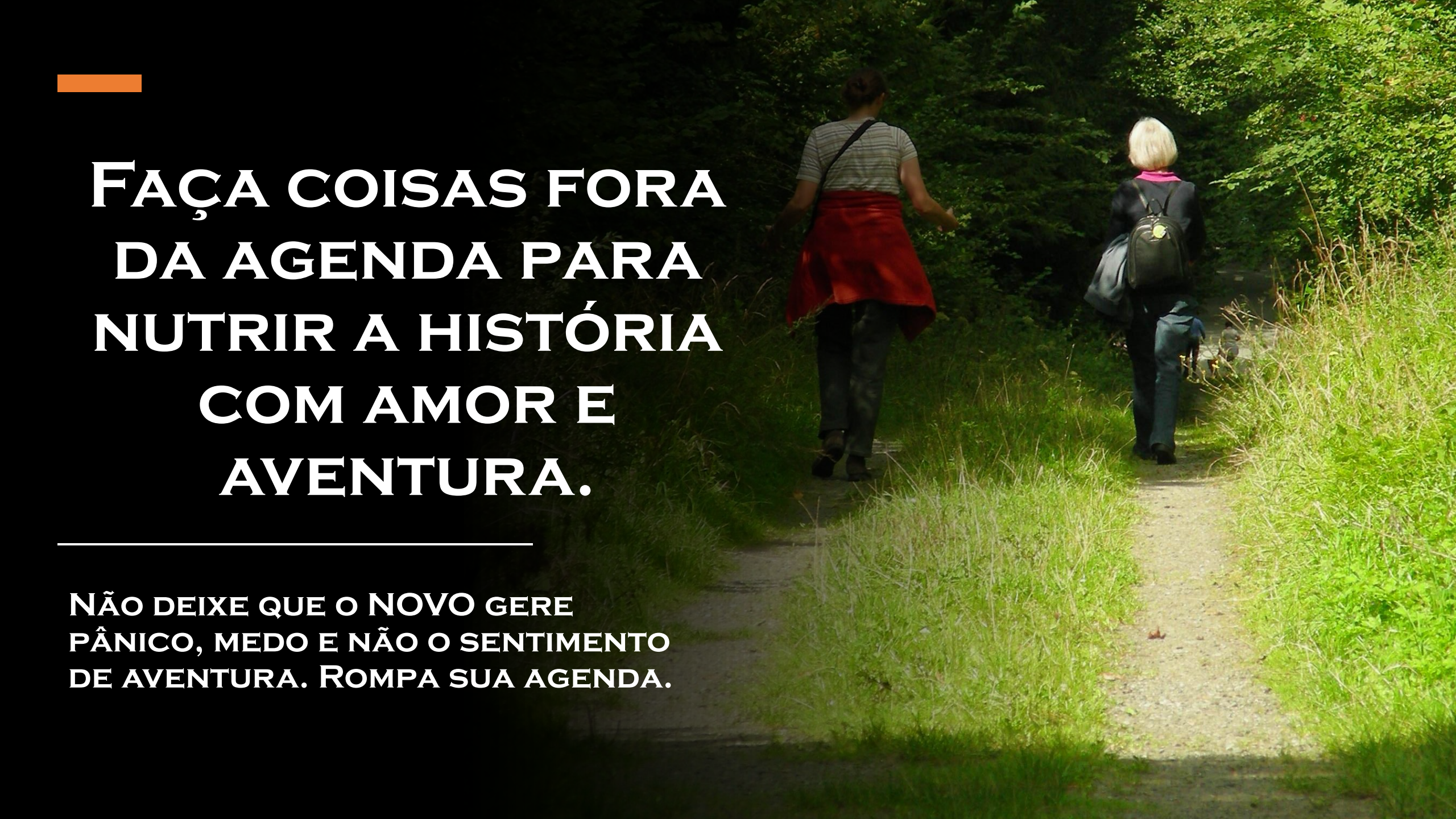


TRIBUNAL DE JUSTIÇA DA PARAÍBA  
DIRETORA DE GESTÃO DE PESSOAS  
GERÊNCIA DE QUALIDADE DE VIDA  
GERÊNCIA DE COMUNICAÇÃO

**SURPREENDA A SI  
MESMO. FAÇA  
COISAS QUE SÃO  
SAUDÁVEIS E LHE  
DÃO PRAZER.**





A photograph of two women hiking on a dirt path through a lush green forest. The woman on the left is wearing a grey striped shirt and a red jacket draped over her shoulders. The woman on the right is wearing a dark jacket and a backpack. The path is surrounded by tall grass and dense foliage.

**FAÇA COISAS FORA  
DA AGENDA PARA  
NUTRIR A HISTÓRIA  
COM AMOR E  
AVENTURA.**

---

**NÃO DEIXE QUE O NOVO GERE  
PÂNICO, MEDO E NÃO O SENTIMENTO  
DE AVENTURA. ROMPA SUA AGENDA.**

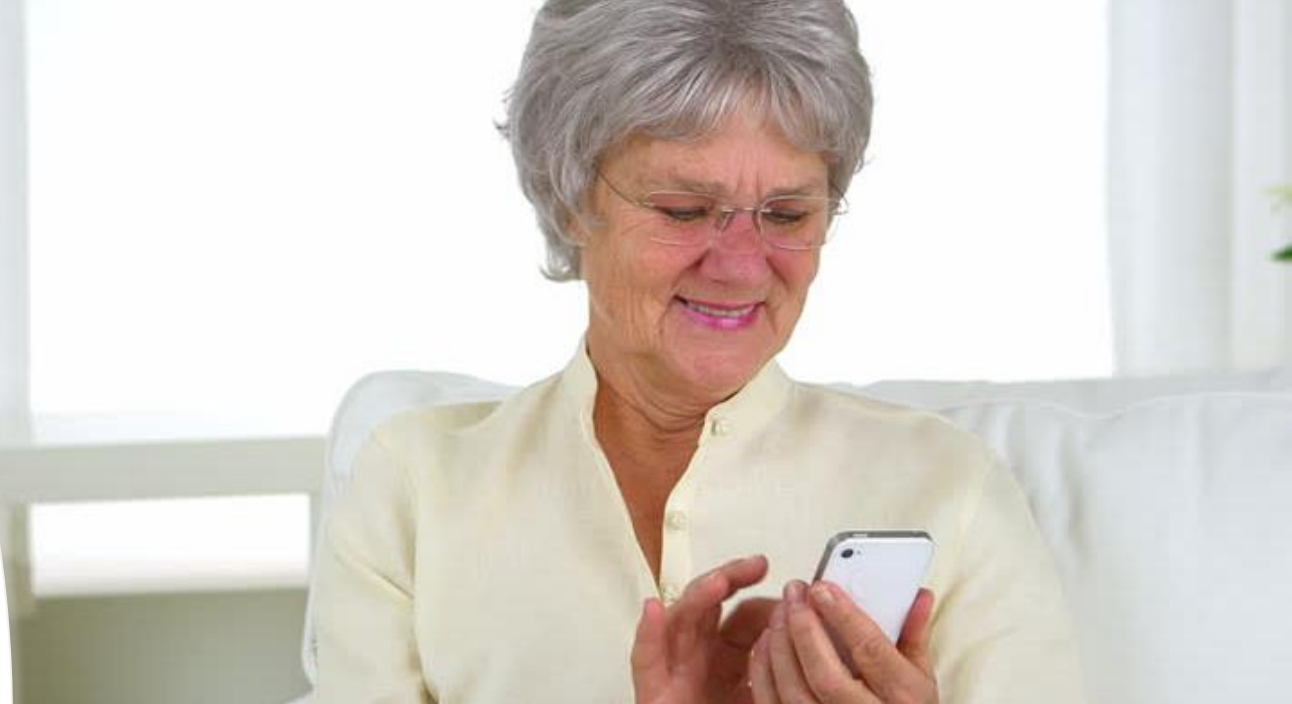


# **SURPREENDA O OUTRO.**

**NÃO HÁ COMO ROMPER O  
INDIVIDUALISMO SEM LIBERTAR A  
CRIATIVIDADE AFETIVA.**

**SURPREENDA POSITIVAMENTE  
COM ATITUDES JAMAIS TIDAS.**

**DIALOGUE CARINHOSAMENTE  
COM SEUS FILHOS, AMIGOS, PAIS,  
COLEGAS. FAÇA PERGUNTAS QUE  
NUNCA FEZ. DIGA O QUANTO  
ELES SÃO IMPORTANTES PARA  
VOCÊ.**





---

**CUMPRIMENTE AS  
PESSOAS QUE TÊM  
FUNÇÕES SIMPLES, MAS  
QUE SÃO MUITO  
IMPORTANTES.**

---





**ECONOMIZE CRÍTICAS,  
JULGAMENTOS , MAS  
GASTE ELOGIOS COM  
QUEM VOCÊ AMA E  
TRABALHA.**

---

**TREINE DIARIAMENTE A SUA CRIATIVIDADE.**



**NÃO SEJA UMA PESSOA  
EXCESSIVAMENTE  
PREVISÍVEL. SURPREENDA A  
SI MESMO E AOS OUTROS.  
SUPERA A ROTINA.**

**E SE COMPROMETA**  
**COM VOCÊ MESMO**

**EU PROMETO, DE HOJE EM  
DIANTE, NÃO MAIS  
DANÇAREI A VALSA DA VIDA  
COM ROTINAS FIXAS.  
SURPREENDEREI  
POSITIVAMENTE A MIM E  
AOS OUTROS.**

12 semanas para mudar uma vida/ Augusto Cury-  
3 ed- São Paulo:Planeta, 2015

