

11

ВЕЩЕЙ, НА КОТОРЫЕ НЕЛЬЗЯ ЗАБИВАТЬ

РЕЦЕПТЫ УСПЕШНОГО

1

Не стоит надеяться на память. Появилась идея – запиши ее. Например, в этот блокнот. Или на салфетке в кафе.

4

Неудачи принимай на свой счет, а успехи – на командный.

2

Не давай шанс человеку, если на первой встрече чувствуешь: что-то идет не так. Первое впечатление не подводит.

5

Не копи недовольство и неловкость. Заставь себя немедленно сказать сотруднику/партнеру/коллеге, что именно тебе не нравится.

3

Никогда не говори «я», только «мы».

6

Цени свою семью – не забивай на нее, даже когда в офисе цейтнот.

7

Воспринимай критику спокойно, анализируй ее – она лакмусовая бумажка твоей работы.

8

Прислушивайся к ощущениям, не обманывай себя. Проект, к которому ты потерял интерес, обречен.

9

Мелочей не бывает – из великих мелочей состоят большие дела.

10

Не забывай извиняться, если обидел.

11

Старайся говорить грамотно, слово «забивать» – сленг, не стоит его использовать.





РЕЦЕПТЫ УСПЕШНОГО



РЕЦЕПТЫ УСПЕШНОГО



ЛЕГКОЕ УТРО СЛОЖНОГО ДНЯ

Сырники со сметаной
и домашним вареньем

РЕЦЕПТЫ УСПЕШНОГО

Дмитрий Париков, бренд-шеф
ресторанного холдинга Perelman People

Ингредиенты:

- творог (лучше деревенский) – 400 г
- яйцо – 1 шт.
- мука – 55 г (2 ст. ложки)
- сахар – 100 г
- ваниль – 1/2 стручка

Из 1/2 стручка ванили ножом выскабливаем мякоть с семенами. Творог разминаем вилкой так, чтобы в нем не осталось комков. Разбиваем в него яйцо, добавляем сахар и ваниль. Все тщательно перемешиваем.

Для жарки:

- сливочное масло – 30 г

В полученную массу кладем муку и вновь перемешиваем.

Для подачи:

- сметана и любимое домашнее варенье

Лепим сырники и обжариваем их на сливочном масле на медленном огне до золотистой корочки. Подаем со сметаной и вареньем. Приятного аппетита!





РЕЦЕПТЫ УСПЕШНОГО



РЕЦЕПТЫ УСПЕШНОГО



РЕЦЕПТЫ УСПЕШНОГО

14

ЗОЛОТЫХ ПРАВИЛ ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТА

РЕЦЕПТЫ УСПЕШНОГО

1

Оставляй время на себя и увлечения. Нельзя отменять тренировки, походы в кино и отпуск.

4

На метро ездить не стыдно. Стыдно опаздывать и заставлять себя ждать. Пунктуальность дороже пунктов.

2

Начинай рабочий день с той активности, которая поднимает тебе настроение. Не планируй самое важное на начало дня.

5

Уважай время своих подчиненных.

3

Находи время на обед. Не назначай деловую встречу на обеденный перерыв – дай мозгу разгрузиться и отдохнуть.

6

Не всегда время – деньги. Умей выслушать проблемы других. Не торопись, удели внимание собеседнику.

7

Не позволяй
бизнес-вампирам
завладеть твоим
временем.
Найди силы
сказать: «у меня
нет времени».

11

Вся жизнь –
временной интервал,
наслаждайся этим
временем. Смысл
жизни в самой жизни,
но не в призрачной
цели.

8

Если не высыпаешься
за 6 часов,
спи больше!
И не вини
себя за это.

12

Время летит
одинаково быстро,
но если «дышать
медленно», можно
успеть
разглядеть часы.

9

Не откладывай
на завтра то, что
можно сделать
сегодня. Это классика
тайм-менеджмента!

13

Опасайся выражения
«не вовремя»,
оно фатальное,
забудь о нем.

10

Всегда
предупреждай
заранее, если
опаздываешь,
и именно в тот момент,
когда понял,
что опоздаешь.

14

Попробуй заставить
себя одну неделю
каждый день ложиться
и вставать в одно и то
же время – ты будешь
поражен, как много
появится «свободного»
времени.



РЕЦЕПТЫ УСПЕШНОГО



РЕЦЕПТЫ УСПЕШНОГО



РЕЦЕПТЫ УСПЕШНОГО



РЕЦЕПТЫ УСПЕШНОГО