

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 забывай на нее, даже когда в офисе цейтнот.

7

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

9

Мелочей
не бывает – из
великих мелочей
состоят большие
дела.

8

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

10

Не забывай
извиняться, если
обидел.

11

Старайся говорить
грамотно, слово
«забывать» –
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

Для жарки:

- сливочное масло – 30 г

Для подачи:

- сметана и любимое домашнее варенье

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

В полученную массу кладем муку и вновь перемешиваем.

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

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 понтов.

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 высыпaeшься
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