



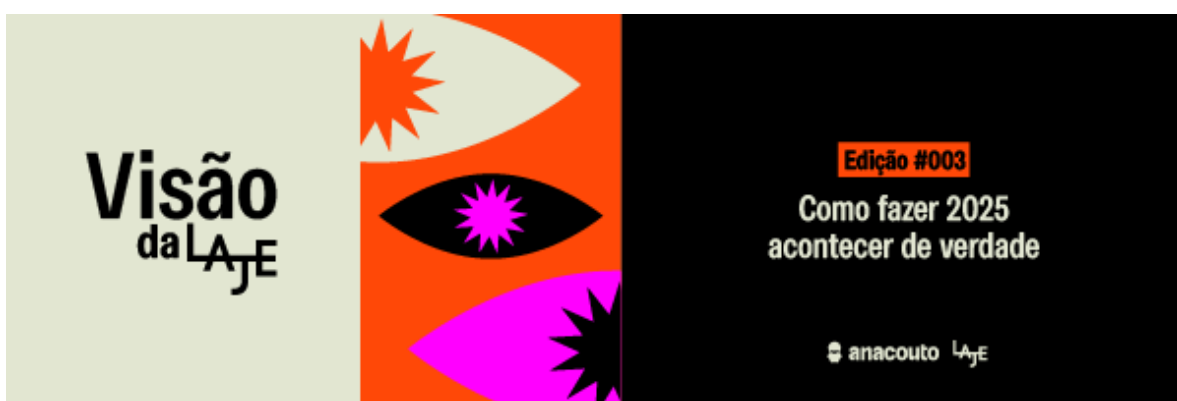
Planejamento estratégico para a sua vida

De Visão da LAJE <contato@laje-ac.com.br>

Data Qua, 08/01/2025 11:37

Para annacbrandao@outlook.com <annacbrandao@outlook.com>

Visualizar este e-mail como [página web](#)



Anna, quando o relógio marcou 00h do dia 31, o que passou pela sua mente?

Foram amores, sonhos ou desejos para o futuro?

Quando a terra termina uma volta completa em torno do Sol, **iniciamos mais um capítulo das nossas histórias** com comemorações e *muitas* expectativas.

É momento de refletir o que fica pra trás, o que vem pela frente e, principalmente, **o que queremos do hoje – com intenção.**

No **Visão da LAJE** dessa semana, vamos falar sobre resoluções de ano novo. Mas não de um jeito superficial ou clichê pra cair no esquecimento, e sim com pequenas ações e atitudes que você pode realizar ao longo do ano, separado em curto, longo e médio prazo.

Mais do que uma pauta retirada de filmes hollywoodianos, as resoluções são uma forma concreta de realizar nossas metas pessoais, sejam elas quais forem.

Então, já pega essa visão e bora conversar sobre o **planejamento estratégico da sua vida.**

Como diria o grande filósofo Gato Cheshire...

“Para quem não sabe para onde vai, qualquer caminho serve”.

Quando você define **metas claras**, você entende onde quer chegar e consegue traçar o melhor caminho. Mas, para isso, suas metas precisam ser **específicas** e conectadas com a sua **realidade**.

Exemplo?

“Guardar dinheiro” vira: “Vou reservar R\$ 500 por mês para ter uma poupança gordinha até dezembro.”

“Ser saudável” vira: “Vou caminhar 30 minutos, 3x por semana, começando hoje.”

Viu a diferença?

Agora, bora pra prática! Pegue papel e caneta (ou um app de notas) e se pergunte:

- O que eu realmente quero?
- Como vou medir se estou progredindo?
- Até quando quero alcançar isso?

No final, o resultado que queremos alcançar é algo assim:

Meta: Guardar R\$ 6.000 para uma viagem.

→ Quebre em metas menores: economizar R\$ 500 por mês.

→ Dê um prazo: alcançar o valor até dezembro de 2025.

Vamos por partes?

Antes de tudo, liste todos os seus objetivos, metas e desejos para 2025. Liste em quantidade, pensando em itens materiais, tratamentos, carreira, e tudo que você conseguir pensar!

Em seguida, avalie de forma sincera o que você acredita que consegue alcançar ao longo de um ano e o que você pode começar a semear para os próximos anos.

Passo 1: divida as metas por prazo

Sabe aquele **objetivo grande** que parece distante? Ele fica muito mais simples quando a gente separa em partes menores.

1 Curto prazo: coisas rápidas que você pode começar amanhã (ou semana que vem, vai).

Exemplo: “Semana que vem vou me matricular na academia e ir todo dia.”

2 Médio prazo: objetivos para os próximos meses, como terminar aquele curso que ficou no “pause”.

Exemplo: “Até o meio do ano, vou quitar todas as minhas dívidas.”

3 Longo prazo: sonhos grandes que pedem paciência e consistência.

Exemplo: “*Vou guardar R\$ 10 mil para comprar minha moto dos sonhos até 2026.*”

Ah, e uma dica: **resolva metas imediatas primeiro!** (Aquele geladeira quebrada não pode esperar até junho, né?)

Passo 2: divida o ano em blocos de tempo

A chave pra não se perder no meio do caminho? Planejar por **trimestre**, **mês** e até **semana**, se necessário.

Exemplo prático de planejamento trimestral:

JANEIRO A MARÇO (1º TRIMESTRE):

Metas financeiras: Guardar R\$ 500/mês para viajar em Dezembro.

Metas pessoais: Tirar carteira de motorista e comprar roupas novas.

Metas de carreira: Fazer a Imersão Branding Aplicado para me destacar no mercado.

Passo 3: coloque as finanças no radar

Antes de planejar os próximos passos, é interessante ter uma visão clara dos que já foram dados.

Para metas financeiras, um bom ponto de partida é analisar seus gastos de 2024.

Solicite seus extratos de débito e crédito dos bancos e verifique com atenção para onde seu dinheiro foi, seja em maior ou menor quantidade.

Coloque na ponta do papel:

- Quanto você gastou com transportes ao longo do ano?
- E com alimentação?
- Lazer?
- Qual foi o mês de maior aperto? E o que você mais poupou?

Isso ajuda a entender onde ajustar, onde manter e, principalmente, como evitar repetir erros financeiros.

Depois, crie um **plano financeiro realista para 2025**. Quando você sabe exatamente quanto precisa guardar pra cada meta, o planejamento fica muito mais fácil.

Exemplo:

- **Curto prazo:** pagar a primeira parcela da autoescola em janeiro (R\$ 800).
 - **Médio prazo:** guardar R\$ 1.500 até junho para um curso profissional.
 - **Longo prazo:** juntar R\$ 6.000 ao longo do ano para a viagem.
-

E para a carreira?

Se uma das suas metas é crescer profissionalmente, pense no que pode te levar até lá:

- ✓ **Atualizar o LinkedIn** com as conquistas de 2024.
- ✓ **Participar de 2 eventos de networking** até junho.
- ✓ **Aprender uma nova habilidade** que te aproxime da promoção.
- ✓ **Arrumar mais dois freelas** até maio.
- ✓ **Adicionar mais um projeto** no portfólio.

Como no **branding**, crescer na carreira é resultado de **ações consistentes** – não de impulsos momentâneos.

Passo 4: acompanhe o progresso

Planejar é só o começo. Para fazer acontecer, você precisa **acompanhar suas metas regularmente**.

→ Reserve um dia no mês para revisar suas metas: está no caminho certo? Precisa ajustar algo?

→ Use ferramentas simples, como planilhas ou aplicativos de organização, para manter tudo sob controle.

E aí, vamos transformar promessas em conquistas?

Planeje. Comece pequeno. Faça um pouquinho todo dia.

E não esqueça: **cada passo te aproxima de realizar o que sempre quis.**



Compartilhe essa visão com aquele amigo que sempre deixa as metas para fevereiro. Quem sabe vocês não tiram alguns planos do papel juntos?



Enviado por LAJE
anacouto.com.br | contato@anacouto.com.br
Caso não queira mais receber estes e-mails, [cancele sua inscrição](#).