



STYLING TIPS

The key to pulling off a minimalist look is to choose pieces that are both functional and stylish. A simple, well-tailored sweater like this one is a perfect choice for a casual yet sophisticated outfit. Pair it with high-quality leather pants for a modern twist on classic fashion. Don't forget to accessorize with simple jewelry like a ring and earrings to complete the look.





Idade
48 anos
Peso
58 kg
Altura
1,70 m

de forma contínua. Na verdade, aconselho o *coaching* a todos os que o puderem experimentar, até porque ajuda muito a elevar a autoestima, a confiança e a segurança em nós próprios e a tornarmo-nos mais resilientes.

★ **Revela no seu site ter uma «vontade inabalável de ultrapassar obstáculos».**

O que aconselha a quem sente o oposto, a quem se sente paralisado perante obstáculos? Qual o primeiro passo a dar?

Perguntar-se o que ganha com isso. Parar e deixar a vida passar ao nosso lado, não procurar viver o bem maior que Deus nos deu, que é a vida, é um desperdício. Depois de perceber que nada ganha com essa atitude, faça diferente. Ponha a sua mente a trabalhar para si e não contra si e vai ver que se surpreende com as coisas bonitas que vai viver.

★ **Qual o próximo obstáculo que pretende ultrapassar, o próximo desafio que deseja concretizar?**

Tenho muitos projetos para concretizar. Os que estão nos segredos dos deuses não posso partilhar. Mas há um que já posso adiantar. Vou começar a dar mais palestras motivacionais para o público, que é uma coisa que me têm pedido muito. Até agora tenho-as feito, essencialmente para as empresas, mas vou alargá-las a outros públicos. ★