



**РАБОТА  
РОССИИ**  
Кадровый центр



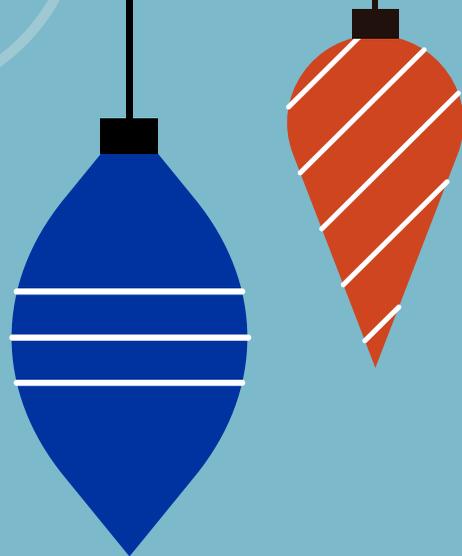
**Топ-5 советов, как с  
наименьшими потерями  
"выйти из Нового года" и  
вновь включиться в работу**

*Брянская  
область*





**РАБОТА  
РОССИИ**  
Кадровый центр



## **1. Новый год – новые планы.**

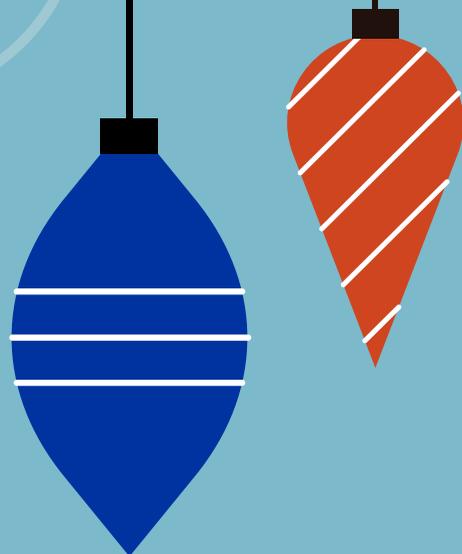
**Долгие выходные дают возможность упорядочить мысли, продумать планы на будущее, поставить цели. Если вы этого еще не сделали, то самое время начать.**

**Впереди целый год возможностей, главное их не упустить.**



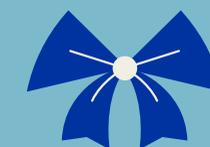


**РАБОТА  
РОССИИ**  
Кадровый центр



## **2. Маленькая пауза.**

**Чтобы войти в рабочий ритм было легче, стоит делать небольшие перерывы чуть чаще, чем обычно. Это позволит вам менее болезненно пережить рабочие будни.**



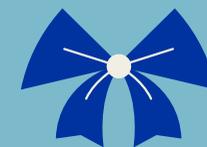


**РАБОТА  
РОССИИ**  
Кадровый центр



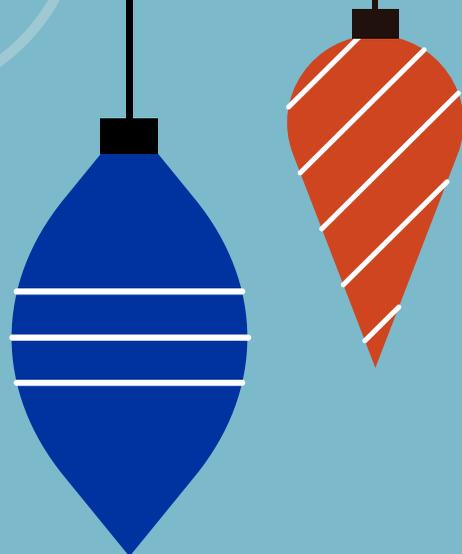
### **3. Награда себе.**

**За выполнение каких-то сложных задач порадуйте себя чем-то приятным. Их и в обычное время нелегко выполнить, а после долгих выходных и подавно. Так что вы молодец!**



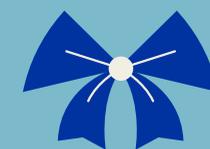


**РАБОТА  
РОССИИ**  
Кадровый центр



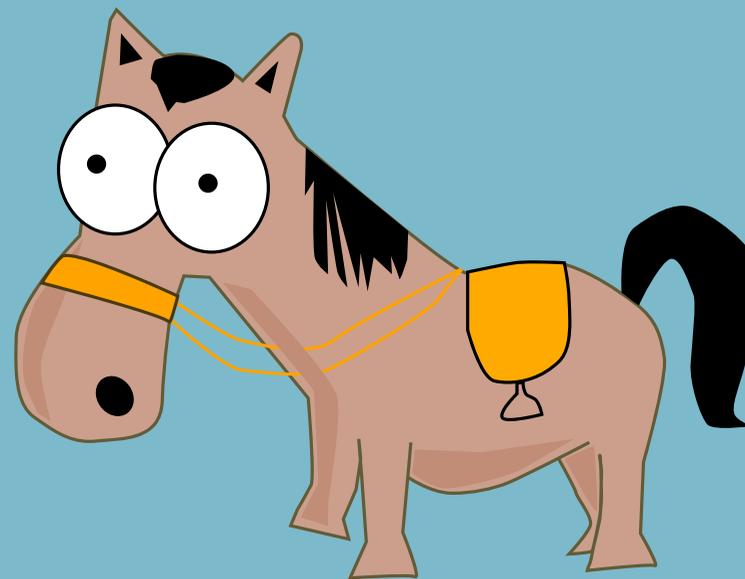
## **4. Съешьте лягушку на завтрак.**

**Сделать сложное и не всегда приятное дело сразу с утра – называют съесть лягушку. Выполнив такую важную задачу сразу, вы куда легче перенесете весь этот день, ведь самое сложное уже сделано.**





**РАБОТА  
РОССИИ**  
Кадровый центр



## **5. Отпуск бессмертного пони.**

**Не забывайте отдыхать. Если вы провели неделю дома – это не значит, что теперь нужно работать без выходных и сидеть допоздна на работе. Организму нужно отдыхать, чтобы вы могли качественно выполнять свои обязанности.**