

Gerenciamento De Projetos Espaciais PDF

CARLOS ALBERTO PEREIRA SOARES



Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Sobre o livro

Sobre o Livro: Uma Abordagem Prática para Projetos Espaciais

Este livro oferece uma análise abrangente dos componentes fundamentais em projetos de elevada complexidade, como os espaciais. Ele explora as melhores práticas adotadas por algumas das organizações mais renomadas mundialmente que atuam nesse campo. Além disso, discute as tendências emergentes que envolvem tanto agências governamentais quanto empresas privadas, responsáveis por serviços variados, como o transporte de astronautas e suprimentos às estações espaciais, turismo espacial e missões a outros planetas e satélites.

O objetivo é fornecer aos gerentes de projeto uma ferramenta prática e valiosa que auxilie no aperfeiçoamento de suas equipes e processos. Essa abordagem não só promove melhorias nas operações, mas também potencializa os resultados, independentemente da área de atuação, mesmo que não esteja diretamente relacionada ao setor espacial.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Por que usar o aplicativo Bookey é melhor do que ler PDF?



Teste gratuito com Bookey



Ad



Experimente o aplicativo Bookey para ler mais de 1000 resumos dos melhores livros do mundo

Desbloqueie **1000+** títulos, **80+** tópicos

Novos títulos adicionados toda semana

Product & Brand

Liderança & Colaboração

Gerenciamento de Tempo

Relacionamento & Comunicação

Estratégia de Negócios

Criatividade

Memórias

Conheça a Si Mesmo

Psicologia

Empreendedorismo

História Mundial

Comunicação entre Pais e Filhos

Autocuidado

Mi

Visões dos melhores livros do mundo

amento
pos

Os 7 Hábitos das
Pessoas Altamente
Eficazes



Mini Hábitos



Hábitos Atômicos



O Clube das 5
da Manhã



Como Fazer Amigos
e Influenciar
Pessoas



Com
Não

Teste gratuito com Bookey





Por que o Bookey é um aplicativo indispensável para amantes de livros

-  **Conteúdo de 30min**
Quanto mais profunda e clara for a interpretação que fornecemos, melhor será sua compreensão de cada título.
-  **Clipes de Ideias de 3min**
Impulsione seu progresso.
-  **Questionário**
Verifique se você dominou o que acabou de aprender.
-  **E mais**
Várias fontes, Caminhos em andamento, Coleções...

Teste gratuito com Bookey





As melhores ideias do mundo desbloqueiam seu potencial

Essai gratuit avec Bookey



Digitalizar para baixar

Gerenciamento De Projetos Espaciais Resumo

Escrito por IdeaClips

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Quem deve ler este livro Gerenciamento De Projetos Espaciais

O livro "GERENCIAMENTO DE PROJETOS ESPACIAIS" de Carlos Alberto Pereira Soares é especialmente recomendado para profissionais e estudantes das áreas de engenharia, gestão de projetos e ciências espaciais que buscam aprofundar seus conhecimentos sobre as particularidades e desafios do gerenciamento de projetos no contexto espacial. Também é pertinente para gestores e líderes de equipes que atuam em empresas ou instituições envolvidas com a pesquisa e desenvolvimento de tecnologia espacial, bem como para acadêmicos que desejam entender as práticas e metodologias específicas que regem esse setor altamente técnico e inovador. Além disso, leitores interessados em temas de inovação e tecnologia podem encontrar insights valiosos que se aplicam a outros campos de atuação.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

Principais insights de Gerenciamento De Projetos Espaciais em formato de tabela

Título	Gerenciamento de Projetos Espaciais
Autor	Carlos Alberto Pereira Soares
Tema	Gerenciamento de projetos no contexto da exploração espacial
Objetivo do livro	Apresentar técnicas e práticas de gerenciamento específicas para projetos espaciais
Estrutura	Dividido em capítulos que abordam desde a concepção até a execução do projeto
Principais tópicos	<ol style="list-style-type: none">1. Introdução ao gerenciamento de projetos espaciais2. Fases do ciclo de vida de um projeto espacial3. Planejamento e definição de escopo4. Gestão de riscos e incertezas5. Gerenciamento de custos e orçamentos6. Gestão da qualidade e segurança7. Capacidade tecnológica e inovação8. Aspectos legais e regulamentares
Público-alvo	Profissionais e estudantes da área de engenharia espacial, gerenciamento de projetos e ciência
Contribuições	Estabelece um padrão para o gerenciamento eficaz de projetos no setor espacial, promovendo melhores resultados e inovações.
Importância	Apoia o desenvolvimento de políticas e práticas que podem ser aplicadas tanto em projetos públicos quanto privados na área espacial.



Gerenciamento De Projetos Espaciais Lista de capítulos resumidos

1. Introdução ao Gerenciamento de Projetos Espaciais: Conceitos e Importância
2. Ciclo de Vida de Projetos Espaciais: Fases e Etapas Principais
3. Planejamento e Controle em Projetos Espaciais: Ferramentas e Técnicas Eficazes
4. Gestão de Riscos em Projetos Espaciais: Identificação e Mitigação Estratégica
5. Aspectos da Comunicação em Projetos Espaciais: Melhorando a Colaboração e Transparência
6. O Futuro dos Projetos Espaciais: Tendências e Desafios Emergentes

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

1. Introdução ao Gerenciamento de Projetos Espaciais: Conceitos e Importância

O Gerenciamento de Projetos Espaciais é uma disciplina especializada que abrange a aplicação de conhecimentos, habilidades e técnicas para garantir o sucesso na execução de iniciativas complexas relacionadas ao espaço.

Compreender os conceitos fundamentais e a importância desse campo é crucial, não apenas para profissionais da área, mas também para qualquer pessoa interessada em como as missões espaciais são planejadas, executadas e finalizadas.

Desde as primeiras missões espaciais, a gestão eficaz de projetos tornou-se um pilar essencial para alcançar os objetivos propostos. Projetos espaciais são tipicamente de longa duração, envolvem colaborações de várias partes interessadas, e requerem um alto grau de inovação e tecnologia de ponta. Isso implica em um nível elevado de complexidade e a necessidade de uma coordenação meticulosa entre equipes, recursos e cronogramas. A gestão de projetos espaciais não só busca garantir que os prazos sejam cumpridos e o orçamento respeitado, mas também que a qualidade e a segurança das operações sejam mantidas.

Por sua natureza, os projetos espaciais frequentemente apresentam riscos elevados e incertezas. Portanto, o gerenciamento eficaz se torna ainda mais vital para a minimização de falhas, a mitigação de riscos e a maximização do



retorno sobre o investimento. A capacidade de planejar e executar um projeto espacial exige um entendimento profundo dos conceitos de engenharia, ciências físicas, além de habilidades em comunicação e liderança.

Além disso, o Gerenciamento de Projetos Espaciais determina a alocação eficiente de recursos limitados, facilita a tomada de decisões informadas e promove a transparência nas atividades envolvidas. À medida que a exploração espacial evolui e novas tecnologias são desenvolvidas, a importância de um gerenciamento robusto torna-se ainda mais evidente. As missões que visam objetivos ambiciosos, como a exploração de Marte ou a colonização da Lua, são exemplos claros de como uma gestão de projetos eficaz pode determinar o impacto e o sucesso a longo prazo de iniciativas que, em última análise, têm o potencial de transformar a humanidade.

Com a crescente participação do setor privado e a expansão das atividades espaciais em diversas nações, o entendimento sobre os conceitos e a importância do gerenciamento de projetos espaciais é crucial para navegar nas complexidades desse novo cenário. As organizações, tanto públicas quanto privadas, estão cada vez mais reconhecendo que o gerenciamento de projetos não é apenas uma ferramenta, mas uma competência estratégica indispensável para o avanço da exploração espacial e a sua crescente relevância em nossa sociedade.



2. Ciclo de Vida de Projetos Espaciais: Fases e Etapas Principais

O ciclo de vida de projetos espaciais é uma estrutura fundamental que orienta todo o desenvolvimento de missões que demandam complexidade e inovação tecnológica. Este ciclo é dividido em várias fases que, embora interdependentes, possuem características próprias e entregáveis específicos. As fases principais a serem destacadas são: a definição, o desenvolvimento, a implementação e a operação do projeto espacial.

Na fase de definição, estabelece-se o escopo do projeto. Isso envolve a análise das necessidades que levaram ao desenvolvimento da missão, a formulação dos objetivos, e a realização de um levantamento inicial das viabilidades técnica e econômica. Nesta etapa, são desenvolvidos documentos de conceito e propostas iniciais que orientam a decisão sobre o prosseguimento do projeto. É um momento crítico, pois a clareza na definição evita retrabalhos futuros e contribui para a viabilidade do projeto.

Seguindo a definição, temos a fase de desenvolvimento. Esta etapa é marcada pela projeção detalhada do sistema espacial e dos componentes necessários. Aqui, realiza-se o design da missão, a qual inclui a engenharia de sistemas, a construção de protótipos e a realização de testes iniciais. A fase de desenvolvimento é intensa, envolvendo uma colaboração multidisciplinar entre engenheiros, cientistas e outros especialistas. O



resultado esperado é a validação das tecnologias e a produção do hardware e software que serão empregados na missão.

A etapa seguinte, a implementação, refere-se à construção e montagem do sistema final. Durante essa fase, as partes do sistema são integradas e testadas em condições que simulem o ambiente operacional, assegurando que tudo funcione em harmonia e de acordo com o planejado. Os testes finais são realizados para garantir que os requisitos de desempenho e os padrões de segurança estejam sendo atendidos, preparando o projeto para a sua entrega e lançamento. Esta fase é crucial para evitar falhas em operações futuras e garantir a confiabilidade do sistema espacial.

Finalmente, a fase de operação abrange o período durante o qual o sistema espacial está em atividade. Isso envolve o monitoramento contínuo e o controle da missão, bem como a coleta de dados e o serviço ao cliente (que pode incluir operadores ou a comunidade científica). Esta fase, muitas vezes, é respaldada por protocolos de manutenção e atualizações que são consideradas para aprimorar as capacidades do sistema ao longo do tempo.

À medida que cada uma dessas fases é concluída, os resultados são revisados e analisados, possibilitando lições aprendidas que podem ser aplicadas a projetos futuros, promovendo assim um aprendizado contínuo na área de gerência de projetos espaciais.



Em suma, o ciclo de vida de projetos espaciais é um processo rigoroso e sistemático que assegura que cada etapa do projeto seja cuidadosamente planejada e executada, contribuindo assim para o sucesso e a eficácia da missão espacial.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

3. Planejamento e Controle em Projetos Espaciais: Ferramentas e Técnicas Eficazes

O planejamento e controle em projetos espaciais são fundamentais para o sucesso das iniciativas nesta área, onde as complexidades e os riscos são elevados. As ferramentas e técnicas utilizadas são vitais para garantir que os projetos atinjam seus objetivos dentro do prazo, orçamento e especificações estabelecidas.

Uma das principais ferramentas empregadas no planejamento é o **Planejamento de Recursos**, que envolve a identificação e a alocação eficiente de recursos humanos, financeiros e materiais. Isso inclui a criação de um **cronograma detalhado**, frequentemente suportado por softwares de gestão de projetos, como o Microsoft Project ou o Primavera P6, que permitem visualizar as etapas do projeto e seus respectivos prazos.

A **Estrutura Analítica do Projeto (EAP)** é outra técnica crucial, pois proporciona uma decomposição do projeto em partes menores e mais gerenciáveis. Isso ajuda na definição clara de entregas e responsabilidades, facilitando o acompanhamento do progresso e a identificação de qualquer desvio. Ao utilizar a EAP, as equipes podem controlar mais eficientemente o escopo do projeto e evitar o fenômeno conhecido como **"scope creep"**, onde o escopo do projeto se expande sem o devido controle.



Além disso, a **Análise de Valor Agregado (EVA)** é uma técnica eficaz que permite medir o desempenho do projeto em relação ao custo e ao cronograma. A EVA envolve a comparação do valor do trabalho realizado com o valor planejado, oferecendo uma visão clara sobre o estado do projeto e ajudando na tomada de decisões informadas. Isso é particularmente importante em projetos espaciais, onde o investimento financeiro é significativo e as margens de erro são mínimas.

O **Gerenciamento de Mudanças** também desempenha um papel crítico no planejamento e controle. Em projetos espaciais, mudanças podem ser necessárias devido a novas descobertas científicas, avanços tecnológicos ou alterações nas exigências do cliente. Implementar um processo formal de gerenciamento de mudanças assegura que todas as modificações sejam avaliadas quanto ao seu impacto no projeto, garantindo que sejam realizadas de forma controlada e documentada.

Por fim, o uso de **softwares de simulação** e modelagem pode facilitar a visualização e a previsão dos resultados. Ferramentas como o MATLAB e o Simulink são úteis para criar modelos que simulam o desempenho do sistema sob diferentes condições, permitindo que as equipes antecipem problemas e ajustem os planos de ação antes da implementação.

Essas ferramentas e técnicas, integradas em um framework de



gerenciamento robusto, possibilitam que as equipes de projeto espacial operem de forma mais eficaz e eficiente, maximizando as chances de sucesso em um ambiente desafiador e dinâmico. O planejamento meticuloso e a vigilância contínua através do controle são essenciais para assegurar que as ambições de exploração espacial se tornem realidade.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

4. Gestão de Riscos em Projetos Espaciais: Identificação e Mitigação Estratégica

A gestão de riscos em projetos espaciais é uma disciplina essencial para garantir o sucesso das missões, considerando a complexidade e os altos custos associados a esse tipo de empreendimento. A natureza intrinsecamente incerta do ambiente espacial impõe a necessidade de uma abordagem sistemática para a identificação e mitigação de riscos.

A identificar riscos em projetos espaciais inicia-se com um processo abrangente de levantamento e análise. Isso envolve a coleta de informações de diversas fontes, incluindo experiências anteriores, dados técnicos, e avaliações de especialistas. Participar de workshops de identificação de riscos, onde as equipes podem discutir eventuais problemas potenciais, é uma prática comum. Grupos multidisciplinares são formados para garantir que todas as áreas do projeto sejam consideradas, uma vez que riscos em projetos espaciais podem surgir de qualquer uma das fases do ciclo de vida, desde a concepção até o lançamento e operação.

Os principais tipos de riscos identificados em projetos espaciais incluem riscos técnicos, que envolvem falhas de tecnologia ou design, riscos financeiros, que dizem respeito ao orçamento e financiamento insuficientes, e riscos relacionados ao tempo, que podem afetar cronogramas, especialmente quando se considera o impacto de atrasos em lançamentos.



Além disso, a gestão de riscos também considera fatores externos, como mudanças nas regulamentações ou condições geopolíticas, que podem impactar a realização do projeto.

Uma vez que os riscos são identificados, a próxima etapa é a avaliação. Cada risco identificado deve ser analisado em termos de probabilidade de ocorrência e impacto potencial no projeto. Essa avaliação muitas vezes utiliza uma matriz de risco, que permite ao gerente de projeto priorizar os riscos de acordo com sua gravidade. Isso resulta em uma lista de riscos que precisam de ações mitigadoras específicas, proporcionando uma visão clara das áreas prioritárias onde os esforços devem ser concentrados.

A mitigação de riscos é um componente crucial da gestão de riscos e envolve o desenvolvimento de estratégias para minimizar a probabilidade de ocorrência e/ou o impacto dos riscos identificados. Estratégias de mitigação podem incluir a adoção de tecnologias redundantes, que funcionam como uma rede de segurança, treinamento e capacitação contínua das equipes, e a realização de testes rigorosos durante as fases de desenvolvimento. Além disso, a criação de um plano de contingência detalhado para situações de emergência permite uma resposta rápida e eficaz caso um risco se concretize.

Outro aspecto importante da gestão de riscos em projetos espaciais é a

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

comunicação contínua e a documentação. Garantir que todas as partes interessadas estejam cientes dos riscos identificados e das estratégias de mitigação é fundamental para fomentar um ambiente de segurança e colaboração. Relatórios regulares e revisões de riscos ao longo do projeto ajudam a manter a equipe alinhada e a identificar novos riscos que podem surgir conforme o projeto avança.

Por fim, a gestão de riscos não se encerra no planejamento inicial; este deve ser um processo dinâmico, revisitado em diferentes fases do projeto. Com as tecnologias e os desafios em constante evolução, a capacidade de adaptar e responder rapidamente a novos riscos pode ser a diferença entre o sucesso e o fracasso em um projeto espacial. Dessa forma, a gestão estratégica de riscos deve ser vista como uma parte integrante e contínua da cultura do gerenciamento de projetos espaciais, assegurando que a obra não apenas alcance seus objetivos, mas também faça isso de maneira segura e eficaz.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

5. Aspectos da Comunicação em Projetos Espaciais: Melhorando a Colaboração e Transparência

A comunicação é um elemento fundamental no gerenciamento de projetos espaciais, onde a complexidade e a escala dos projetos exigem uma abordagem rigorosa e bem estruturada para assegurar a colaboração e a transparência entre todas as partes envolvidas. Em ambientes tão interdisciplinares e internacionalmente diversificados, a eficácia da comunicação pode ser o diferencial que determina o sucesso ou fracasso de uma missão.

Para começar, a criação de um plano de comunicação robusto é essencial. Este plano deve definir claramente como as informações serão trocadas entre as equipes, quais canais serão utilizados e quem são os responsáveis pela disseminação dessas informações. Dentro do ciclo de vida de um projeto espacial, as fases de preparação, execução e monitoramento exigem que as atualizações do projeto sejam compartilhadas de forma contínua e clara. Isso não só garante que todos os colaboradores estejam atualizados sobre o progresso e mudanças, mas também promove uma cultura de transparência.

Além disso, a utilização de ferramentas tecnológicas para comunicação pode aumentar significativamente a eficiência e a eficácia da troca de informações. Plataformas como videoconferência, softwares de



gerenciamento de projetos e sistemas de gerenciamento de documentação colaborativa são exemplos de como a tecnologia pode auxiliar na superação de barreiras geográficas e de fuso horário. Essas ferramentas permitem que equipes dispersem em diferentes localidades trabalhem de forma integrada, colaborando em tempo real e desenvolvendo soluções para problemas que possam surgir.

A colaboração entre diferentes disciplinas é uma característica intrínseca dos projetos espaciais e, portanto, requer um cuidado especial na comunicação. A diversidade técnica e cultural das equipes deve ser respeitada, e cada membro deve ser encorajado a compartilhar seu conhecimento e experiência. A promoção de reuniões interdisciplinares e workshops não apenas facilita a troca de ideias, mas também contribui para a construção de um ambiente colaborativo, essencial para o sucesso do projeto.

A transparência também se estende à gestão de riscos. Compartilhar informações sobre riscos percebidos e lições aprendidas em projetos anteriores cria um ambiente de aprendizado contínuo, onde erros podem ser discutidos abertamente sem medo de repercussões. Essa abordagem não apenas aumenta a confiança entre as equipes, mas também permite que soluções inovadoras sejam desenvolvidas de maneira colaborativa, o que é crucial para a evolução das práticas de gerenciamento de projetos espaciais.



Por fim, a comunicação deve ser adaptativa e responsiva ao longo do ciclo de vida do projeto. Feedback regular deve ser incentivado e incorporado como parte integrante do processo, garantindo que qualquer alteração nas condições ou diretrizes do projeto seja imediatamente comunicada a todos os stakeholders. Assim, a comunicação em projetos espaciais se transforma em um elemento que não apenas une as equipes em um objetivo comum, mas também solidifica a base para o contínuo avanço e inovação no âmbito da exploração espacial.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

6. O Futuro dos Projetos Espaciais: Tendências e Desafios Emergentes

Nos próximos anos, o campo dos projetos espaciais está previsto para passar por transformações significativas, impulsionadas por novas tecnologias, mudanças nas políticas globais e uma crescente participação do setor privado. Uma das tendências mais evidentes é a miniaturização de satélites e tecnologias de lançamento, que têm permitido que missões anteriormente consideradas inviáveis se tornem realidade. A utilização de CubeSats e nanosatélites está se expandindo, proporcionando dados de qualidade de forma econômica e com agilidade, o que revoluciona o modo como coletamos informações sobre a Terra e o espaço.

Além disso, a crescente colaboração internacional em iniciativas espaciais promete fomentar uma era de cooperação e compartilhamento de recursos. Projetos como a Estação Espacial Internacional (ISS) demonstraram que a colaboração entre nações pode oferecer benefícios mútuos e resolver desafios técnicos de forma mais eficaz. Essa tendência pode se expandir ainda mais, levando à formação de parcerias entre governos e empresas privadas, onde inovações podem ser desenvolvidas em conjunto.

Outro aspecto essencial para o futuro dos projetos espaciais é o aumento da atenção em questões de sustentabilidade. À medida que a exploração espacial avança, a preocupação com o lixo espacial e os impactos ambientais



da atividade espacial se intensifica. Serão necessárias novas estratégias de gestão de resíduos e tecnologias para garantir que as futuras gerações possam continuar explorando o espaço sem comprometer o ambiente. Isso inclui o desenvolvimento de novos sistemas para desorbitar satélites ao final de sua vida útil e a pesquisa em tecnologia de "reciclagem" no espaço.

No entanto, com essas novas oportunidades surgem igualmente desafios críticos. A segurança cibernética em projetos espaciais está se tornando uma prioridade, uma vez que sistemas aéreos e autômatos estão cada vez mais interconectados e vulneráveis a ataques externos. A proteção de dados e a integridade dos sistemas serão cruciais para garantir que as missões sejam bem-sucedidas e que a confiança nas tecnologias espaciais se mantenha intacta.

Por fim, as implicações éticas da exploração espacial também precisam ser consideradas. À medida que ampliamos nosso alcance no cosmos, questões sobre a exploração de outros corpos celestes e os direitos sobre recursos naturais emergem. O espaço, após décadas de exploração, está se configurando como uma nova fronteira para não apenas avanços tecnológicos, mas também para debates éticos complexos que definirão a maneira como nos comportamos em nosso papel de cidadãos interplanetários.



Em suma, o futuro dos projetos espaciais está repleto de possibilidades vibrantes, mas também enredado em desafios complexos e multifacetados. As tendências emergentes demandam profissionais qualificados que não apenas entendam a tecnologia envolvida, mas também as dinâmicas sociais, políticas e éticas que moldarão a era da exploração espacial que se aproxima.

Mais livros gratuitos no Bookey



Digitalizar para baixar

5 citações chave de Gerenciamento De Projetos Espaciais

1. A gestão de projetos espaciais requer uma abordagem multidisciplinar, integrando conhecimentos técnicos, financeiros e gerenciais.
2. A importância do planejamento rigoroso não pode ser subestimada, pois a complexidade dos projetos espaciais demanda uma visão a longo prazo e a capacidade de antecipar riscos.
3. A comunicação eficaz entre todas as partes envolvidas é fundamental para o sucesso de um projeto espacial, garantindo que todos compartilhem a mesma visão e objetivos.
4. Os avanços tecnológicos na área espacial têm impacto significativo nas capacidades de gerenciamento, permitindo simulações e modelagens mais precisas.
5. A ética na gestão de projetos espaciais deve ser considerada em todas as etapas, desde a concepção até a execução, visando ao bem-estar da sociedade e do meio ambiente.





Digitalizar para baixar



Bookey APP

Mais de 1000 resumos de livros para fortalecer sua mente

Mais de 1M de citações para motivar sua alma

Clipes de ideias de 3 minutos

Acelere seu progresso

Evitar Críticas em Relacionamentos Interpessoais

Criticar os outros apenas provoca resistência e prejudica a autoestima deles, despertando ressentimento ao invés de resolver problemas. Lembre-se de que qualquer tolo pode criticar, mas é preciso caráter e autocontrole para ser compreensivo e perdoar.

Exemplo(s) ▶

Como Fazer Amigos e Influenciar Pessoas

Mantenha a Sequência

Desafio de crescimento de 21 dias

Desafio de Crescimento Pessoal de 21 Dias

Meta diária: 0/5 min
Leia ou ouça para atingir sua meta

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20

DIA 21
Obter recompensa do desafio

0 vezes
Você completou

Descobrir Biblioteca Eu

Escolha sua área de foco

Quais são seus objetivos de leitura?

Escolha de 1 a 3 objetivos

- Ser uma pessoa eficaz
- Ser um pai melhor
- Ser feliz
- Melhorar habilidades sociais
- Abrir a mente com novos conheci...
- Ganhar mais dinheiro
- Ser saudável

Continuar