

terça-feira, 31 de janeiro de 2012
Suplemento Kultural e Recreativo de 31-01-2012
Imagem do dia



Anedota

Dois amigos conversavam sobre a possibilidade de abrir um restaurante em sociedade e estavam a acertar as condições.

- Tu entras com o capital de 150 mil euros, nós compramos o local, fazemos um contrato de cinco anos, tu arranjas o fiador, nós escolhemos as instalações, cozinha, câmara frigorífica etc...
- E tu entra com o quê? - indagou o amigo.
- Ah, eu entro com meu know-how, assumo a caixa, cuido da contabilidade, administro as contas bancárias, etc...
- Mas e se não resultar? - pergunta o primeiro, preocupado.
- Cada um fica com o que trouxe: eu com o meu know-how e tu vendes tudo e ficas com o teu capital.
- Mas falta uma cláusula nesse teu contrato!!! - disse o dono do capital.
- Então? Que cláusula?
- Falta um beijo!
- Beijo?
- Sim!!! Onde é que já viu uma fod@ completa, sem sequer um beijo?

Modelo de carta para não ir trabalhar

Você está cansado? Quer ficar em casa? Não está com disposição para ir trabalhar, ir à escola, ou mesmo ir a um enterro daquele familiar que você já nem se lembra?

Pois bem, os seus problemas ACABARAM!

Com a nossa inédita carta de desculpas, você vai poder faltar quando quiser. Basta preencher o formulário abaixo com as desculpas que quiser, imprimir e enviar!

-----CORTE NESTA LINHA-----

Prezado

Venho, através desta, informar que não poderei , porque . Infelizmente isso começou ontem, enquanto eu na minha casa . Mas não se preocupe, pois me comprometo a daqui a 15 dias .

Atenciosamente,

-----CORTE NESTA LINHA-----

7 factos incríveis sobre os sonhos

Nem toda a gente que dorme, se desliga. Não, se se considerar que as células do cérebro que se activam para produzir os sonhos (umas vezes demasiado reais, e outras absolutamente aterradores), que ocorrem durante o estágio de sono, correspondente ao movimento rápido dos olhos (REM).

Porque é que algumas pessoas têm pesadelos, enquanto outras passam as suas noites numa absoluta tranquilidade? Assim como o sono, os sonhos são fenómenos misteriosos. Mas, cada vez mais, os cientistas são capazes de explorar mais profundamente a nossa mente, e vão encontrando algumas respostas. Em seguida, apresentamos um pouco do que já se sabe, sobre o que se passa na terra dos sonhos.

- Facto #7 - Sonhos podem ajudar-nos a relaxar



Cientistas descobriram que durante a fase de sonho do sono (também chamada de sono REM), os nossos cérebros mostram uma diminuição dos níveis de certas substâncias químicas associadas ao stress.

“Sabemos que durante o sono REM há uma diminuição acentuada dos níveis de norepinefrina, um produto químico do cérebro associado ao stress”, disse o pesquisador Matthew Walker. “Ao reprocessar experiências emocionais anteriores neste ambiente neuro-quimicamente seguro de norepinefrina baixa durante o sono REM, acordamos no dia seguinte e essas experiências foram ‘amolecidas’ na sua força emocional. Nos sentimos melhores sobre elas, sentimos que podemos lidar com esses problemas”, explica.

As conclusões do estudo podem explicar porque é que as pessoas com síndrome do stress pós-traumático (TEPT), como os veteranos de guerra, tem tanta dificuldade em recuperar de experiências dolorosas e sofrem pesadelos recorrentes. Também pode ser uma explicação para o motivo pelo qual sonhamos: para nos sentirmos melhores e lidarmos melhor com nossos problemas.

Fim!

Ler mais

Postado por **Robin** às **00:00**



Marcadores: **kultura**

0 **COMENTÁRIOS:**

Postar um comentário