

Christian Barbosa

Autor de *A Triade do Tempo*



ESTRATÉGIAS PRÁTICAS
PARA GANHAR **MAIS TEMPO**



SEXTANTE

Resumo de 60 Estratégias Práticas Para Ganhar Mais Tempo

Está cada vez mais difícil dar conta de tudo o que temos para fazer. Cuidar bem da carreira, da família, da equipe, da saúde, entre outras demandas, tornou-se o nosso grande desafio diário.

Para conseguir incluir sem atropelos todas as nossas tarefas nas 24 horas do dia, precisamos de um método que nos leve a concluir cada atividade com tranquilidade e eficiência. Neste livro, o especialista em gestão do tempo Christian Barbosa recorre ao seu comprovado método de produtividade pessoal e nos oferece um manual com dicas práticas e objetivas para resolver de uma vez por todas os problemas da má administração do tempo.

As 60 estratégias que ele propõe englobam vários aspectos do dia a dia profissional e pessoal, como planejamento de carreira e empreendedorismo, trabalho em equipe e home office, uso eficiente da tecnologia, saúde, disposição e vida em família.

O objetivo principal é ajudar você a ter mais produtividade e energia para fazer aquilo que realmente importa. Este guia prático e abrangente vai ensiná-lo a ter uma vida mais equilibrada e a lidar com as novidades de um mundo em constante mudança.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)