

# G A N H E 24 HORAS POR SEMANA



OS 10 MANDAMENTOS  
DA  
ECONOMIA DE TEMPO

MARCUS OLIVEIRA FILHO  
GUILHERME SCHÜNEMANN OLIVEIRA



Editora do Chain

# Resumo de Ganhe 24 Horas por Semana. Os 10 Mandamentos da Economia de Tempo

Liberar horas preciosas para fazer o que bem se entende parece cada vez mais difícil nos tempos de hoje. Trazendo conceitos de engenharia, economia, administração e biologia para o dia-a-dia de cada um, esta compilação organizada de ideias e técnicas mostra como fazer escolhas mais conscientes e racionais sobre o uso deste recurso tão escasso: o tempo.

Por meio de uma abordagem técnico-administrativa o livro mostra que criar tempo livre é uma questão de escolha. Os 10 mandamentos da economia de tempo são um código de conduta que aumenta a qualidade de vida do indivíduo de uma forma equilibrada, sustentável e prazerosa.

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