

АРИ МЕЙСЕЛ

**МЕНЬШЕ ДЕЛ,
БОЛЬШЕ
ЖИЗНИ**



**КАК СДЕЛАТЬ ЖИЗНЬ ПРОЩЕ
И ОСВОБОДИТЬ ВРЕМЯ ДЛЯ СЕБЯ**

КТО АВТОР???
И С КАКИМИ ПРОБЛЕМАМИ ОН
СТОЛКНУЛСЯ???



О ЧЕМ КНИГА???



ЧТО
ЗНАЧИТ
ДЕЛАТЬ
ПО
МИНИМУМУ???

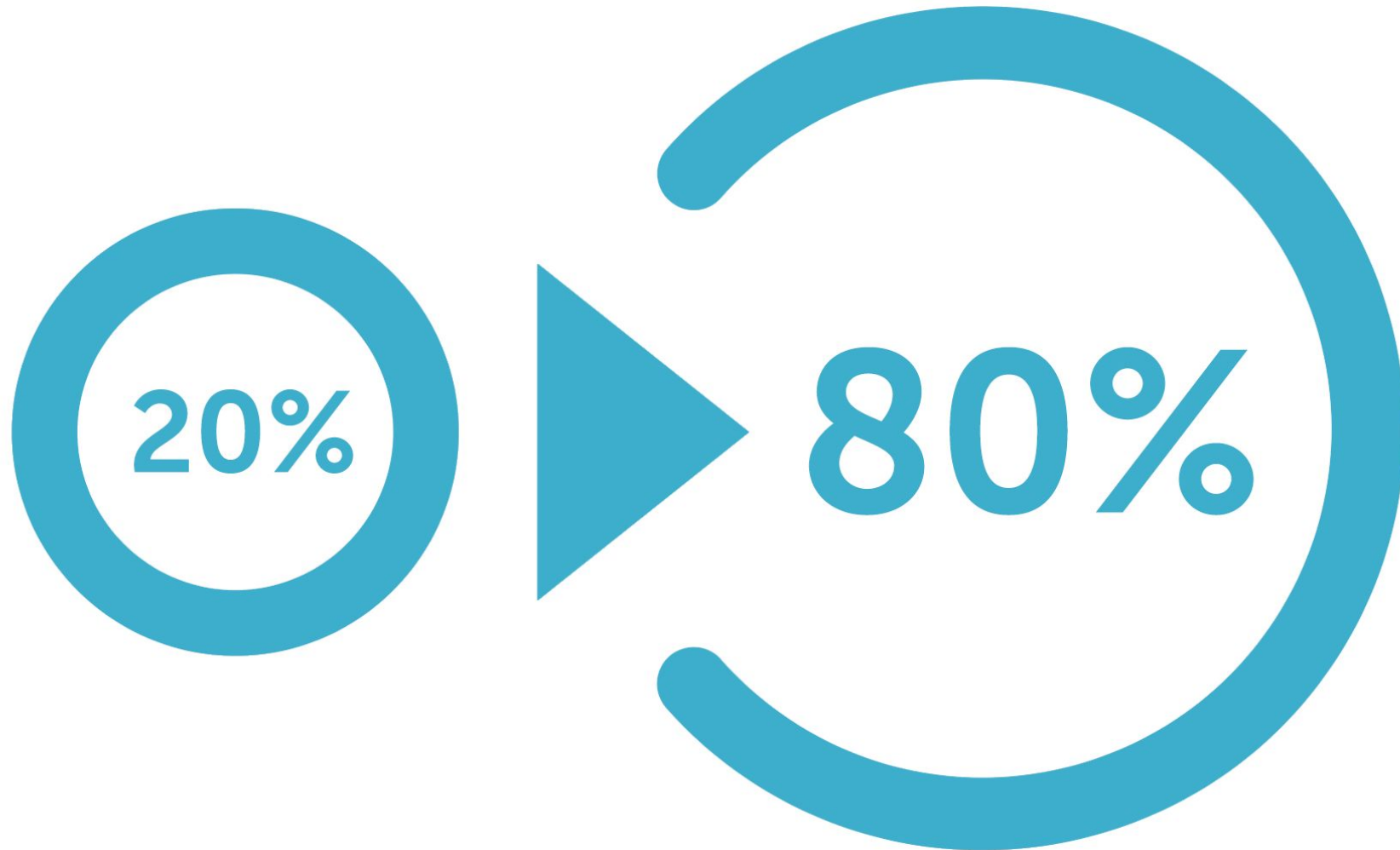


- ОПТИМИЗАЦИЯ;
- АВТОМАТИЗАЦИЯ;
- АУТСОРСИНГ, ИЛИ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ВНЕШНИХ РЕСУРСОВ



ПРИНЦИП ПЕРВЫЙ

Правило 80/20 или принцип Парето





- анализ ради пользы
- оптимизация процессов

ПРИНЦИП ВТОРОЙ

Внешняя память



- внештатный ассистент



ПРИНЦИП ТРЕТИЙ

Индивидуальный подход (кастомизация)

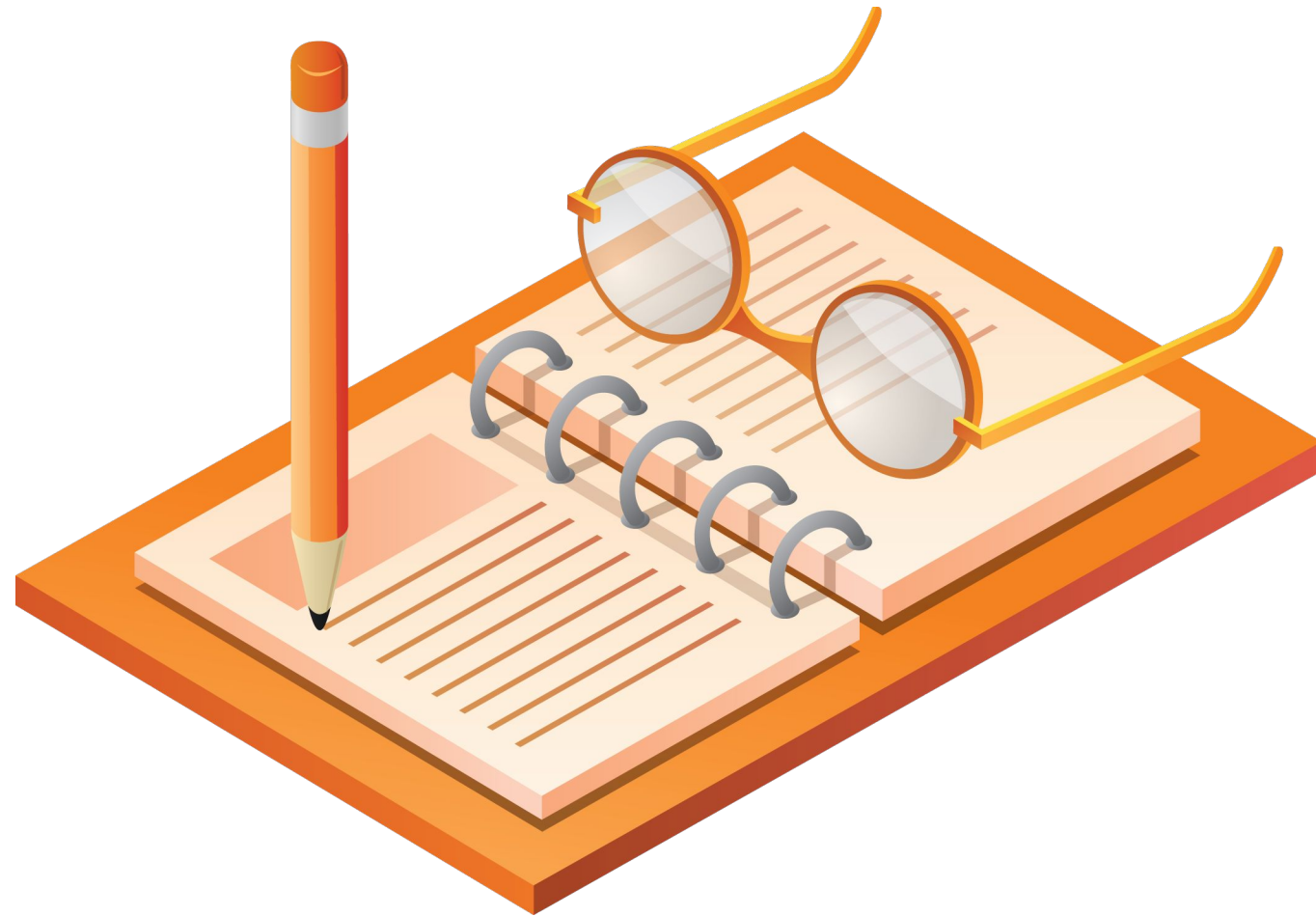


ПРИНЦИП ЧЕТВЕРТЫЙ

Индивидуальная рабочая неделя



- что такое рабочая неделя?
- как сократить рабочую неделю?



ПРИНЦИП ПЯТЫЙ

Отказ от бытовых дел



- помощники по бытовым делам

- покупки



ПРИНЦИП ШЕСТОЙ

Финансы





- где мои деньги и на что я их трачу?
- только дебетовые карты

ПРИНЦИП СЕДЬМОЙ

Организованность



Разумные границы





ПРИНЦИП ВОСЬМОЙ

Группирование дел

ПРИНЦИП ДЕВЯТЫЙ
Здоровье



- физические упражнения(силовые, кроссфит, бег, растяжка, йога, медитация)
- сон
- питание



Don't  worry
Be
happy