

# 《一張A4立即成為生活效率王》

## 图书基本信息

书名：《一張A4立即成為生活效率王》

13位ISBN编号：9789867468154

10位ISBN编号：9867468155

出版时间：2005-1-28

出版社：凱信企業管理顧問有限公司

作者：凱信行銷企劃小組

页数：102

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《一張A4立即成為生活效率王》

## 內容概要

共分四大類別，都有不同樣式的表格，隨您的生活需求自由挑選

時間效率管理，3大捷徑「迅速提昇時間效率」

生活效率王提供，把時間充分的展現效能與效率，除了可以盡情地享受工作效率以外，更可以盡情地在生活中玩樂。

捷徑1：分級記事

『派形圖+分級制』の記事，讓效率目標活力化（共9張表格）

提昇時間管理的第一步最重要的觀念就是要做「對」及「重要」的事，並設定每天應做的事情之優先順序，依緊急、不緊急、重要、不重要做等級的區分，擁有活力的目標，輕鬆提昇時間效率。

捷徑2：精確行程

掌握『小時制』的80/20行程時間，加倍提昇效率（共39張表格）

掌握「小時制」的時間80/20關鍵，只要用20%的時間就可以完成80%的目標，在最適當的時間做最適當的事情，按照每天個人生理時鐘安排行程，提昇效率加倍。

捷徑3：整合計劃

計劃表讓您一心多用，同時達成更多的目標（共15張表格）

確實有計劃的執行『甘特圖+差異值』，一心多用不忙亂做事，掌握多樣的工作目標。

個人理財管理，3大捷徑「成為富爸爸」

富爸爸說「富人的世界是增加資產不是增加收入，唯有資產不斷的倍增，才能享有財務自由。」

捷徑1：預算計劃

富爸爸專用的致富表格，輕鬆擁有財務自由（共3張表格）

個人專用的「資產負債表、損益表」，輕鬆掌握您的財富狀況，縮短時間享受財務自由。

捷徑2：精準投資

找出投資習性，獲利立即倍增（共8張表格）

多元投資標的的紀錄表，找出個人的投資習性，並在適當時機，設立停損，獲利機會大增。

捷徑3：掌握現金流

掌握大量現金收入，監控收入支出，進入富人世界的第一步（共12張表格）

收入與支出的損益必備工具，掌握現金流量，增加資產收入，減少負債，更是富爸爸致富的基本步。

人脈經營管理，3大捷徑「人脈致富」

人脈經營管理讓人脈競爭力通錢脈，未來致富的關鍵不僅要靠專業更要靠朋友關係。

捷徑1：人脈篩選

人脈經營最重要的根據「篩選評量計分」（共3張表格）

依不同彼此的關係而評量計分，以決定出哪些是值得繼續經營的人脈，以創造更大的利益。

捷徑2：有效分級

有效擴大人脈圈，如同資產等比擴增（共3張表格）

評量計分後，將自己的人脈做分級制度，在有限的時間內建立有效的人脈上，讓您的人脈圈擴大，如同資產等比擴增。

捷徑3：用心經營

人脈用心經營是交情致富的成本基楚概念（共7張表格）

關係要用心經營才可獲到牢固的人際，詳細紀錄人脈圈的大小事，更讓交情的深度加速，資產無限量。

個人健康管理，3大捷徑「管理健康財」

有閒要有錢，有錢更要有健康財，才能去實現您的人生的夢想。

捷徑1：全家無價的健康

紀錄體重波動，掌控無價的健康財（共1張表格）

眾多的文明病是因為體重問題所導致的，掌握體重就可以掌握基本的健康值。

捷徑2：健康變美的關鍵

掌握經期，更是健康美的關鍵（共2張表格）

經期攸關女性的健康與否，更可以利用經期控制體重與美容，掌握經期更是女性不可或缺的健康管理。

# 《一張A4立即成為生活效率王》

。

捷徑3：補氣養血的基礎

關心血壓，掌握身體的‘脈’動，大小病痛不再來（共1張表格）

血壓可以得知老年人最基本的健康情況，掌握血壓的記錄，老年病不提早來。

本書內容物

- 1.生活效率王工具書
- 2.萬用套印光碟
- 3.個人行動手帳
- 4.2005上半年/下半年 記事表

本書特色

一張A4表格，讓您的生活化繁為簡，成為【生活效率王】

生活效率王 - 徹底活用妙招大公開

【妙招1：量身訂作】

特別規劃編輯「時間、人脈、理財、健康」四大類與生活息息相關的活用觀念並貼心提供超過百張量身設計的實用表格，讓你隨意使用。

【妙招2：隨時抽換】

隨時按照你生活上的需求挑選你最需要的項目，並用一般A4尺寸的紙張印出你要的表格置入方便輕巧的PVC夾中，隨抽隨換，輕鬆自在。

【妙招3：短小輕薄】

特殊時尚的「個人行動手帳」，多項貼心及輕薄細緻的設計，滿足你不斷追求生活品味的慾望，而且還能讓你的生活效率倍增。

【妙招4：輕鬆歸納】

標準化的A4表格規劃，除了方便攜帶外更可以便利你日後系統化的歸納整理，輕鬆建立你的資料庫，不斷累積你生活的創意與智慧。

# 《一張A4立即成為生活效率王》

## 書籍目錄

### 一.時間效率管理

- 1.做好時間管理的必備工具 - 記事表 踏出時間管理重要的第一步，讓你不再為小事抓狂。
- 2.「行程管理表」完整落實八〇/二〇法則百分之二十的時間就可以完成百分之八十的事情。
- 3.時間管理的最高境界 - 計劃表學會擬定計畫讓你效率倍增、有錢又有閒。

### 二.人脈經營管理

- 1.「Key man 管理表、人脈篩選表」是你點石成金的致富表人脈篩選?你聰明做人，輕鬆做事。
- 2.多元「通訊錄」就是你的人脈存摺有效擴大人脈圈，人脈致富十倍速到位。

### 三.個人理財管理

- 1.「損益表與資產負債表」讓你成為富爸爸專家富爸爸表格讓你負債轉資產，富裕倍增！
- 2.各類「生活家計表」讓你不做金錢的奴隸掌握現金流量、不讓你的錢變薄。
- 3.各類超效率「投資計錄表」讓你投資致富找出個人的投資習性，獲利立即倍增。

### 四.健康人生管理

- 1.「體重日記表」是全家人必備的健康表格紀錄體重波動，掌控無價健康財。
- 2.「基礎體溫和經期表」為女性朋友專設表格掌握經期是女人健康與美麗的關鍵。
- 3.「血壓記錄表」是上班族與銀法族專用表格關心血壓基礎，提防血壓不穩的來訪。

# 《一張A4立即成為生活效率王》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)