

Tags: Men hallå! : vad väntar du på - livet är bara nu MOBI download; Men hallå! : vad väntar du på - livet är bara nu e-bok apple; Men hallå! : vad väntar du på - livet är bara nu ladda ner pdf e-bok; Men hallå! : vad väntar du på - livet är bara nu epub books download; Men hallå! : vad väntar du på - livet är bara nu bok pdf svenska; Men hallå! : vad väntar du på - livet är bara nu las online bok

Men hallå! : vad väntar du på - livet är bara nu PDF E-BOK

Lena Nevander Friström



Författare: Lena Nevander Friström
ISBN-10: 9789170365157
Språk: Svenska
Filstorlek: 4023 KB

BESKRIVNING

Lever du det liv du vill leva? Eller skjuter du upp det du vill göra till senare? Arbetar du för mycket och har svårt att säga nej? Har du hög sjuknärvaro eller är du rent av inbillningsfrisk? Men hallå, livet är bara nu! Hela vårt välbefinnande vilar på fyra grundstenar: sömn, mat, motion och relationer. Balans i livet mellan familj, arbete och fritid är en nödvändighet och måste finnas hela tiden, inte bara under en semestervecka, menar Lena Nevander Friström. På sitt engagerande, drabbande och humoristiska sätt berättar hon om vad som händer med oss när vi arbetar i för högt tempo under för lång tid. Självinblick och förmåga att tänka framåt är viktigast för den som vill förändra balansen i tillvaron. Lena Nevander Friström är leg. psykoterapeut och författare men också en av våra mest uppskattade och anlitade föreläsare. Hon arbetar med ledarskapsutveckling inom näringslivet och medverkar regelbundet i teveprogrammet Fråga doktorn och tidigare också i Toppform. Hon har också en återkommande spalt i Tidningen Leva.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

11 saker om bajs som du måste veta men aldrig skulle våga fråga | Livet ...

Men hallå! : vad väntar du på - livet är bara nu ... Men hallå! : vad väntar du på - livet är bara nu ... Du prenumerar nu på våra nyhetsbrev.

Men hallå! : vad väntar du på - livet är bara nu bok .pdf Lena Nevander ...

Pris: 179 kr. CD-bok, 2009. Finns i lager. Köp Men hallå! : vad väntar du på - livet är bara nu av Lena Nevander Friström på Bokus.com.

Nu är soffan borta skönt, men vad väntar Ni skall hända

Söker du efter "Men hallå! Vad väntar du på - livet är bara nu! [Ljudupptagning]" av Lena Nevander-Friström? Du kan sluta leta. Våra experter i antikvariat ...

Men hallå! : vad väntar du på - livet är bara nu

LÄS MER