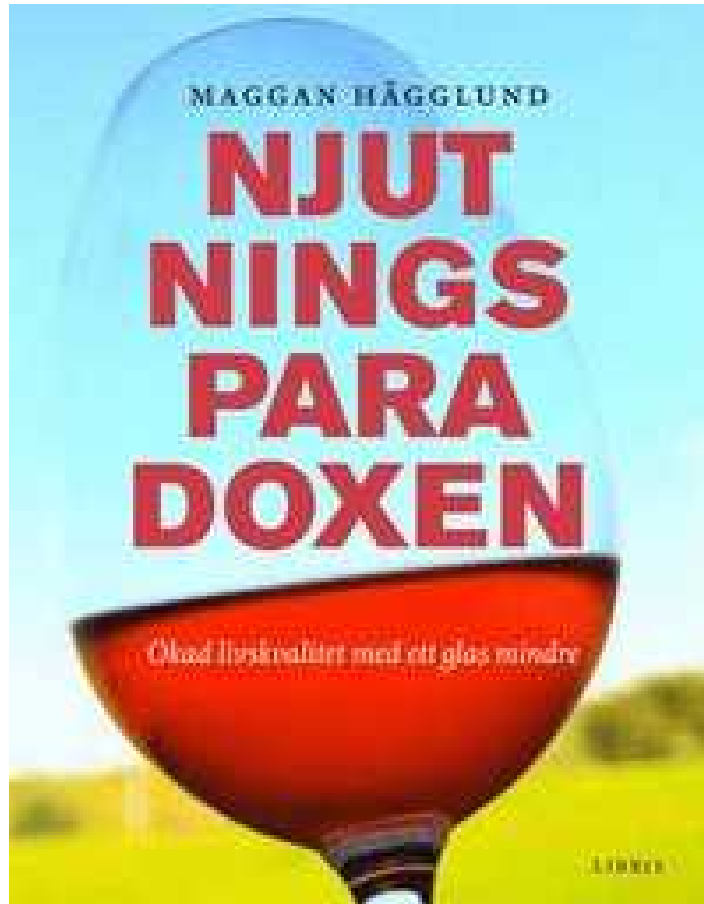


Tags: Njutningsparadoxen : ökad livskvalitet med ett glas mindre epub books download; Njutningsparadoxen : ökad livskvalitet med ett glas mindre las online bok; Njutningsparadoxen : ökad livskvalitet med ett glas mindre bok pdf svenska; Njutningsparadoxen : ökad livskvalitet med ett glas mindre ladda ner pdf e-bok; Njutningsparadoxen : ökad livskvalitet med ett glas mindre e-bok apple; Njutningsparadoxen : ökad livskvalitet med ett glas mindre MOBI download

Njutningsparadoxen : ökad livskvalitet med ett glas mindre PDF E-BOK

Maggan Hägglund,Doris Dahlin



Författare: Maggan Hägglund,Doris Dahlin

ISBN-10: 9789173873338

Språk: Svenska

Filstorlek: 4882 KB

BESKRIVNING

Här får du en helt unik manual från en som tappat fotfästet, tittat för djupt i glaset men som rest sig långt innan knockout. Denna bok rekommenderar jag alla, särskilt kvinnor 50+. Det är en hoppfull bok, ur förord av Amelia Adamo. Ett stort glas vin till den fina köttbiten, också mitt i vardagen, är en uppskattad guldkant i livet för många av oss. Maggan Hägglund ville också njuta, ville unna sig, få fler guldkanter på tillvaron. Hon tillhörde Den Nya Vin-generationen. Men sakta gled hon över från att vara en njutningsdrickare till att få problem. Tills den morgon hon nådde vägs ände. Nu fick det vara nog. Till sin förvåning upptäckte hon att det inte alls var svårt att sluta. Maggan Hägglund har skrivit en praktisk, positiv och insiktsfull bok, både för den som har problem med sitt drickande och för den som fortfarande njuter, men skulle vilja öka sin livskvalitet och sitt välmående. För ett av de effektivaste sätten att må så bra man kan är just att hålla alkoholkonsumtionen på en lagom nivå och som hon skriver, på köpet få mer energi, bättre hy, kanske bli av med både sömnproblem och depression och minska risken för cancer, benskrighet och annat elände. Och, visar Maggan, det finns många andra sätt att njuta än genom ett stort glas rödvin. Maggan Hägglund är frilansjournalist och har varit chefredaktör för tidningen Tara där hon fortfarande skriver krönikor. Libris har tidigare gett ut hennes bok Maggans lilla starksköra och Drunkna inte i dina känslor, som hon skrivit tillsammans med Doris Dalin.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Njutningsparadoxen - Maggan Hägglund

Njutningsparadoxen ökad livskvalitet med ett glas mindre : en praktisk guide för den som vill dricka lite mindre - eller inte alls

Njutningsparadoxen - Maggan Hägglund - Pocket

"Här får du en helt unik manual från en som tappat fotfästet, tittat för djupt i glaset men som rest sig långt innan knockout Det är en hoppfull bok." Amelia ...

Njutningsparadoxen : ökad livskvalitet med ett glas mindre - Maggan ...

bra men denna bok är det något alldeles speciellt med. Är ni ... Hftet. Njutningsparadoxen : ökad livskvalitet med ett glas mindre. Maggan ... och ett bo, en ...

NJUTNINGSPARADOXEN : ÖKAD LIVSKVALITET MED ETT GLAS MINDRE

LÄS MER