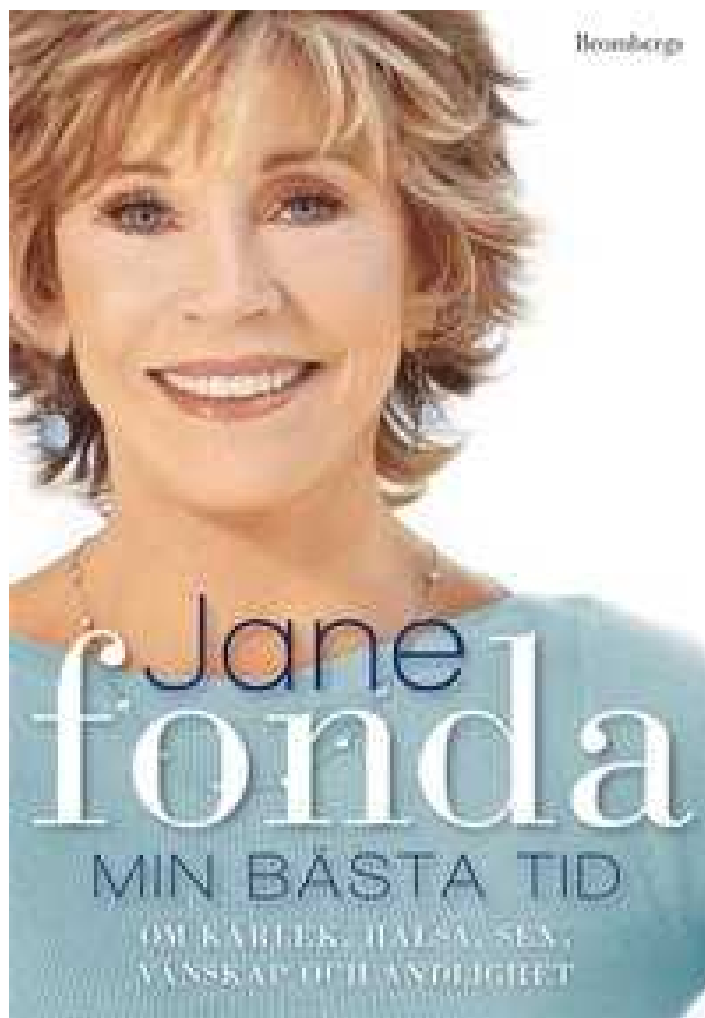


Min bästa tid PDF E-BOK

Maria Borelius



Författare: Maria Borelius
ISBN-10: 9789173374408
Språk: Svenska
Filstorlek: 3682 KB

BESKRIVNING

Jane Fonda gjorde stor succé när hon i sin självbiografi "Mitt liv så här långt" öppet och självutlämnande berättade om sitt liv. I sin nya bok skriver hon om åren i en kvinnas liv från femtio och framåt. Här varvar hon generöst egna erfarenheter med konkreta tips och råd och ger värdefull information den senaste forskningen. Hon menar att kvinnan efter femtio är mogen, balanserad, initiativrik, säker och kärleksfull. Men för att fullt kunna leva i harmoni krävs att vi tar hand om oss själva, både till kropp och själ. Vi måste motionera, äta rätt, sova bra och framför allt omge oss med mycket kärlek, vänskap och gemenskap.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Min bästa tid är nu | I huvudet på en lokförare

Kosovare Asllanis Linköping är vidare i Svenska Cupen. Foto: Bildbyrå Asllani inför kvarten: "Min bästa tid är nu" Publicerad 21 mars 2018

Vår bästa tid är nu... - familjeliv.se

Dagny Carlsson, 103 år som är aktuell i dokumentärserien "Det är inte så dumt att bli gammal" berättar om sina tankar inför att åldras.

Jan Malmsjö - Wikipedia

Pris: 78 kr. Ljudbok, 2012. Laddas ned direkt. Köp boken Min bästa tid : Om kärlek, hälsa, sex, vänskap och andlighet av Jane Fonda (ISBN 9789173486460) hos ...

LÄS MER