

Tags: Tack, det är bra! : min väg till ett nyktert liv bok pdf svenska; Tack, det är bra! : min väg till ett nyktert liv ladda ner pdf e-bok; Tack, det är bra! : min väg till ett nyktert liv las online bok; Tack, det är bra! : min väg till ett nyktert liv MOBI download; Tack, det är bra! : min väg till ett nyktert liv epub books download; Tack, det är bra! : min väg till ett nyktert liv e-bok apple

---

## **Tack, det är bra! : min väg till ett nyktert liv PDF E-BOK**

**Cecilia Svensson**



Författare: Cecilia Svensson

ISBN-10: 9789186691844

Språk: Svenska

Filstorlek: 3025 KB

## BESKRIVNING

I "Tack, det är bra!" berättar Cecilia Svensson rakt och öppen hjärtigt om sin kamp för att ta sig ur ett mångårigt alkoholmissbruk. Om skam och skuld känslor men också om glädjeämnen och gemenskap. Cecilia passade inte in i bilden av den typiske alkoholisten som många har: en arbetslös A-lagare med en pava vin eller en ölburk på en parkbänk. Hon var en helt vanlig kvinna med jobb och familj. Utåt sett skötte hon sitt jobb och tog hand om sina barn, men bakom fasaden rådde fullkomligt kaos. En dag såg hon sig själv i spegeln och insåg att det här går inte längre. Hon bestämde sig för att söka hjälp och det blev början på en lång och bitvis krokig resa. I boken får läsaren följa Cecilias väg genom terapi, olika behandlingar, återfall, abstinens, mentorshjälp och annat stöd fram till ett nyktert liv. Cecilia ger en mängd goda råd om hur man både som alkoholist och så kallat medberoende kan få hjälp. Berättelsen är personlig men samtidigt allmängiltig, allvarlig men med glimten i ögat. Cecilia Svensson har tidigare arbetat som projektledare, men är numera föreläsare på heltid. Hennes inspirerande föredrag om sitt liv med och utan alkohol lockar till sig många åhörare och hon är flitigt anlitad av företag och kommuner.

## VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

### **Nykter - så gjorde jag | alkoholhjälpen**

Tack, det är bra! : min väg till ett nyktert liv.pdf --- Joe McQ --- 9789163715341 Tack, det är bra! Min väg till ett nyktert liv. Cecilia passade inte in i ...

### **Tack, det är bra! - en bok om att ge upp alkohol och bli nykter**

Recension av Tack, det är bra! : min väg till ett nyktert liv, Cecilia Svensson. Alla som försökt ta sig ur ett missbruk vet hur svårt det är. Cecilia Svensson ...

### **Tack, det är bra! om min väg till ett nyktert liv | Stockholms ...**

Tack, det är bra! Min väg till ett nyktert liv. Cecilia passade inte in i bilden av den typiske alkoholisten som många har: en arbetslös A-lagare med ...

**TACK, DET ÄR BRA! : MIN VÄG TILL ETT NYKTERT LIV**

***LÄS MER***