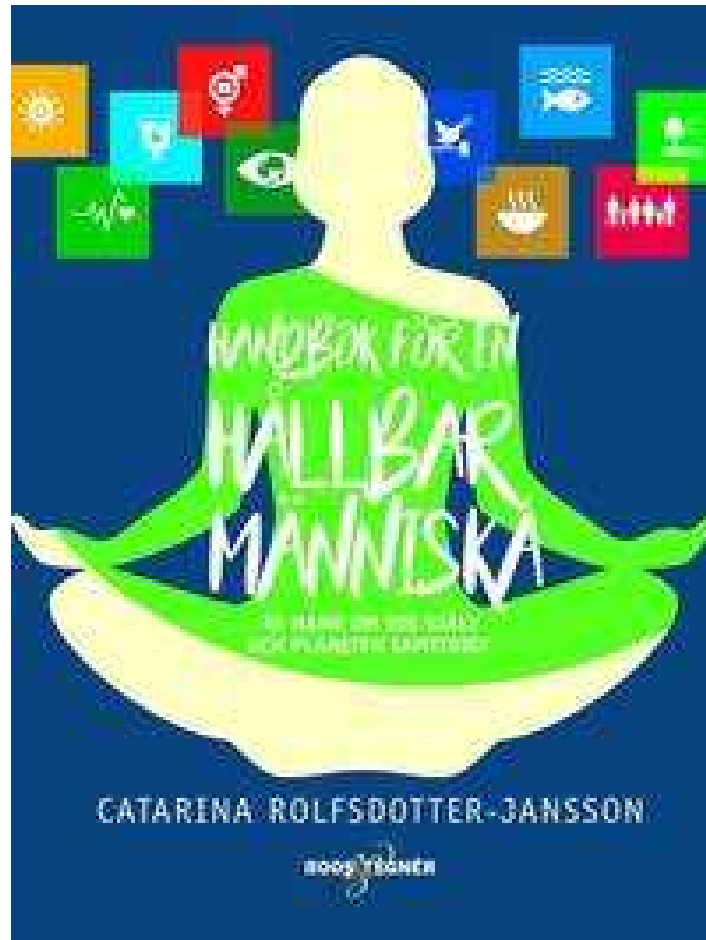


Tags: Handbok för en hållbar människa : ta hand om dig själv och planeten samtidigt MOBI download; Handbok för en hållbar människa : ta hand om dig själv och planeten samtidigt epub books download; Handbok för en hållbar människa : ta hand om dig själv och planeten samtidigt bok pdf svenska; Handbok för en hållbar människa : ta hand om dig själv och planeten samtidigt ladda ner pdf e-bok; Handbok för en hållbar människa : ta hand om dig själv och planeten samtidigt las online bok; Handbok för en hållbar människa : ta hand om dig själv och planeten samtidigt e-bok apple

Handbok för en hållbar människa : ta hand om dig själv och planeten samtidigt PDF E-BOK

Catarina Rolfsdotter-Jansson



Författare: Catarina Rolfsdotter-Jansson

ISBN-10: 9789187905896

Språk: Svenska

Filstorlek: 3424 KB

BESKRIVNING

Vi måste bli fler som hittar kraften att agera. Nu. Vi är många som vill leva mer hållbart, men hur gör man för att ta hand om både planeten och sig själv samtidigt? Vi möts dagligen av rubriker om klimatförändringar, miljöförstöring, plast i haven och rester av bekämpningsmedel i maten. Samtidigt som vi försöker förhålla oss till de dystopiska nyheterna brottas vi med att få vår vardag med arbete, familj och träning att gå ihop. Då är det lätt hänt att vi väljer att blunda för både problem och möjligheter. I Handbok för en hållbar människa berättar Catarina Rolfsdotter-Jansson på ett inspirerande och lustfyllt sätt hur vi kan ställa om till ett mer hållbart sätt att leva och hitta kraften att göra skillnad. Om vi försöker hitta lugnet och tillförsikten i oss själva, med tekniker främst från yogans värld, minskar glappet mellan våra värderingar och handlingar. Det ger oss energi att göra skillnad, i allt från hur vi agerar, äter, shoppar till hur vi bor och reser. Catarinas bok är viktig eftersom den gör kopplingen mellan insida och utsida, mellan vårt inre välmående och planetens yttre tillstånd. Ingenting kommer att bli bättre förrän vi förstår det som Catarina fyller varje sida med: att det börjar med oss. Navid Modiri CATARINA ROLFSDOTTER JANSSON, miljöjournalist, författare och yogainstruktör, har ägnat sitt yrkesliv åt hur man bäst tar hand om sig själv och vår planet. Hon har skrivit ett tiotal böcker, däribland Lärande för hållbar utveckling och Familjeyoga. Catarina är också en efterfrågad föreläsare och moderator i hållbarhetsfrågor.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Handbok för en hållbar människa : ta hand om dig själv och planeten ...

Handbok för en hållbar människa - Ta hand om dig själv och planeten samtidigt Vi möts dagligen av rubriker om klimatförändringar, plast i haven och rester av

Handbok för en hållbar människa ta hand om dig själv och planeten ...

Vill du bli mer hållbar? Hämta ett ex av Catarina Rolfsdotter-Janssons bok "Handbok för en hållbar människa : ta hand om dig själv och planeten samtidigt ...

Handbok för en hållbar människa : ta hand om dig själv och planeten ...

ta hand om dig själv och planeten samtidigt. av Catarina Rolfsdotter-Jansson ... 2018, Svenska, För vuxna
Ämne: Hållbar utveckling, Fler ... Logga in för att ...

**HANDBOK FÖR EN HÅLLBAR MÄNNISKA : TA HAND OM DIG SJÄLV OCH PLANETEN
SAMTIDIGT**

LÄS MER