

Tags: Ur balans : om stress, utbrändhet och vägar tillbaka till ett balanserat liv MOBI download; Ur balans : om stress, utbrändhet och vägar tillbaka till ett balanserat liv las online bok; Ur balans : om stress, utbrändhet och vägar tillbaka till ett balanserat liv epub books download; Ur balans : om stress, utbrändhet och vägar tillbaka till ett balanserat liv bok pdf svenska; Ur balans : om stress, utbrändhet och vägar tillbaka till ett balanserat liv e-bok apple; Ur balans : om stress, utbrändhet och vägar tillbaka till ett balanserat liv ladda ner pdf e-bok

Ur balans : om stress, utbrändhet och vägar tillbaka till ett balanserat liv PDF E-BOK

Joanna Rose,Aleksander Perski



Författare: Joanna Rose,Aleksander Perski

ISBN-10: 9789100149130

Språk: Svenska

Filstorlek: 4791 KB

BESKRIVNING

En dag hittas Barbro, 35, död på köksgolvet med pennan kvar i handen. Dödorsak: stress. Ur balans tar ett vidare grepp på stress i vår vardag ? missbruket av vår tid och den livsfarliga obalansen. Stressforskare Aleksander Perski berättar varför de som lever på gränsen blir nedstämda och djuptrötta, vad som händer i kroppen när sammanbrottet är ett faktum, varför det kan ta flera år innan kraften kommer tillbaka och hur vi kan skydda oss genom sömn, kärlek och egen tid.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Ur balans : Om stress, utbrändhet och vägar tillbaka till ett ...

Lyssna på Ur balans - Om stress, utbrändhet och vägar tillbaka till ett balanserat liv och tiotusentals andra titlar direkt i din mobiltelefon.

Storytel - Ljudböcker & E-böcker i mobilen

Ur balans : om stress, utbrändhet och vägar tillbaka till ett balanserat liv ... utbrändhet och vägar tillbaka till ett balanserat liv : Författare:

Ur balans : om stress, utbrändhet och vägar tillbaka till ett ...

Ur balans om stress, utbrändhet och vägar tillbaka till ett balanserat liv

**UR BALANS : OM STRESS, UTBRÄNDHET OCH VÄGAR TILLBAKA TILL ETT
BALANSERAT LIV**

LÄS MER