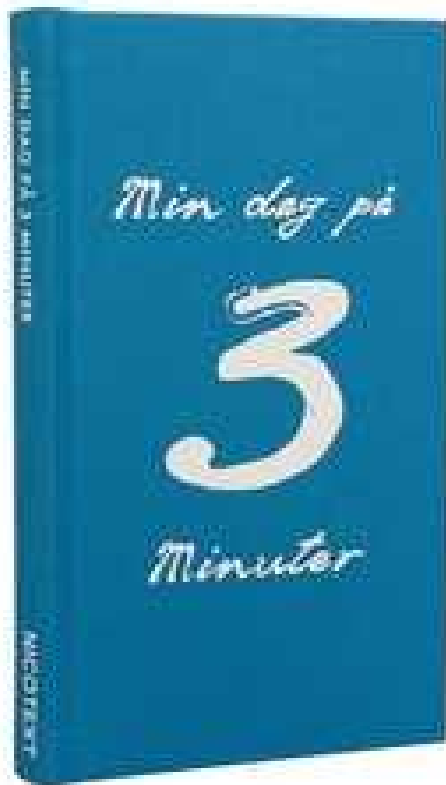


Tags: Min dag på 3 minuter bok pdf svenska; Min dag på 3 minuter MOBI download; Min dag på 3 minuter ladda ner pdf e-bok; Min dag på 3 minuter e-bok apple; Min dag på 3 minuter epub books download; Min dag på 3 minuter las online bok

Min dag på 3 minuter PDF E-BOK

Moorea Seal



Författare: Moorea Seal
ISBN-10: 9789187397189
Språk: Svenska
Filstorlek: 1364 KB

BESKRIVNING

En bok där du kortfattat sammanfattar din dag. Du kan fylla i den på bussen, hemma eller precis innan du ska gå och lägga dig. En bok som peppar dig, ger dig utmaningar och får dig att tänka positivt om morgondagen. 3 minuter om dagen och du sover gott om natten. Recensioner: "3 minuter som gör skillnad! Fin presentbok till någon du bryr dig om." Ica-kuriren, nr 50-51, 8 december 2015 "För att snabbt summera hur boken är uppbyggd så fyller en alltså i en sida per dag och varje sida består av några ständigt återkommande punkter och några nya. Allt för att en ska få chansen att på bästa sätt reflektera över sin dag och sitt liv. Ett fint sätt att bli mer medveten helt enkelt." Sandra Hjort, Metro Mode, 22 augusti 2016 "I drygt 40 dagar har jag nu antecknat tacksamheter, drömmar och reflektioner, och jag gillar det. Jag gillar repetitionen i de återkommande frågorna och jag gillar att det finns plats för allmän reflektion. Extra förtjust är jag i några av de särskilda frågorna som får mig att fundera över vad jag åstadkommit det senaste året, vilka drömmar jag skulle vilja kämpa för att uppfylla och så vidare. Frågor som faktiskt förändrar mitt tänkande lite." Helena Hagelin, fiktiviteter.se, 4 september 2015 "Bästa sommarpresenten jag fick i år? "Min dag på 3 minuter" från Nicotext. Ett slags ledsagad dagbok där varje blad innehåller ett par frågor och rader att reflektera och notera från dagen som gått. Perfekt kvällskompis med en kopp te. Och på köpet blir man väldigt medveten om sina tankar efter en tid och kan lättare komma till beslut, både i stort som smått." Frida Ramstedt, trendenser.se, 4 september 2015 "Min dag på 3 minuter är en bok som får dig att fokusera på allt det fina du har i ditt liv (...). Jag har skrivit i boken i nästan en hel månad. Varje kväll. Och jag märker hur jag varje dag blir bättre och bättre på att uppmärksamma saker jag är tacksam för. Ju mera tacksam jag blir, desto mera saker att vara tacksam för ser jag. Det är intressant att bläddra tillbaka och se vad jag skrev de första dagarna. Lite som att skriva dagbok. I boken finns sidor för 160 dagar, det blir en värdefull bok om man håller fast vid kvällsrutinen." Nathalie Aurén, Vasabladet, 1 juni 2016

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

MIN DAG PÅ 3 MINUTER - Visualisterna

Nu i Januari är det många som vill börja skriva dagbok eller liknande. Jätte bra tycker jag. Men jag själv tycker det är svårt att skriva dagbok och efter ett ...

Dagbok Min framtid på 3 minuter - Designtorget

Fyll i Bok - Min dag på 3 minuter. 3 minuter om dagen och du sover gott om natten!

Du & Jag - Fyll i Bok - Min dag på 3 minuter

Allt räknas, men se till att du rör på dig i minst 30 minuter. 30 minuter totalt. DAG 3 ... 36 min. test, testa dig själv på 3 km löpning och spara resultatet.

3

Min dag på 3 minuter

LÄS MER