

## Fem gode minutter på jobbet PDF

Jeffrey Brantley



*Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.*



Forfatter: Jeffrey Brantley  
ISBN-10: 9788777064937

Sprog: Dansk  
Filstørrelse: 1480 KB

**BESKRIVELSE**

100 mindfulness-øvelser, der på fem minutter giver dig en sjovere og mere produktiv arbejdsdag. Er dine arbejdsdage fyldt med stress og kaos? Føler du tit, at du mister overblikket eller har svært ved at koncentrere dig? Har du bjerge af opgaver eller projekter, som du ikke kan tage dig sammen til at få gjort færdige? På mindre end den tid, du bruger på en kaffepause, kan du fylde din arbejdsdag med ro, overblik og sjælefred. Denne samling af øvelser i serien Fem gode minutter, kan hjælpe dig til at forvandle din arbejdsdag fra at være udmattende og uinspirerende til at blive engagerende og produktiv på nogle ganske få minutter.

**HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?**

Køb Fem gode minutter om aftenen her. Fem gode minutter om aftenen af Jeffrey Brantley, Wendy Millstine. Stort online udvalg af bøger, CD'er & DVD'er. Vi er e-mærket.

Køb Fem gode minutter på jobbet her. Fem gode minutter på jobbet af Jeffrey Brantley, Wendy Millstine. Stort online udvalg af bøger, CD'er & DVD'er. Vi er e-mærket.

100 mindfulness-øvelser, der på fem minutter giver dig en sjovere og mere produktiv arbejdsdag. Er dine arbejdsdage fyldt med stress og kaos?

## **FEM GODE MINUTTER PÅ JOBBET**

[Læs mere ...](#)