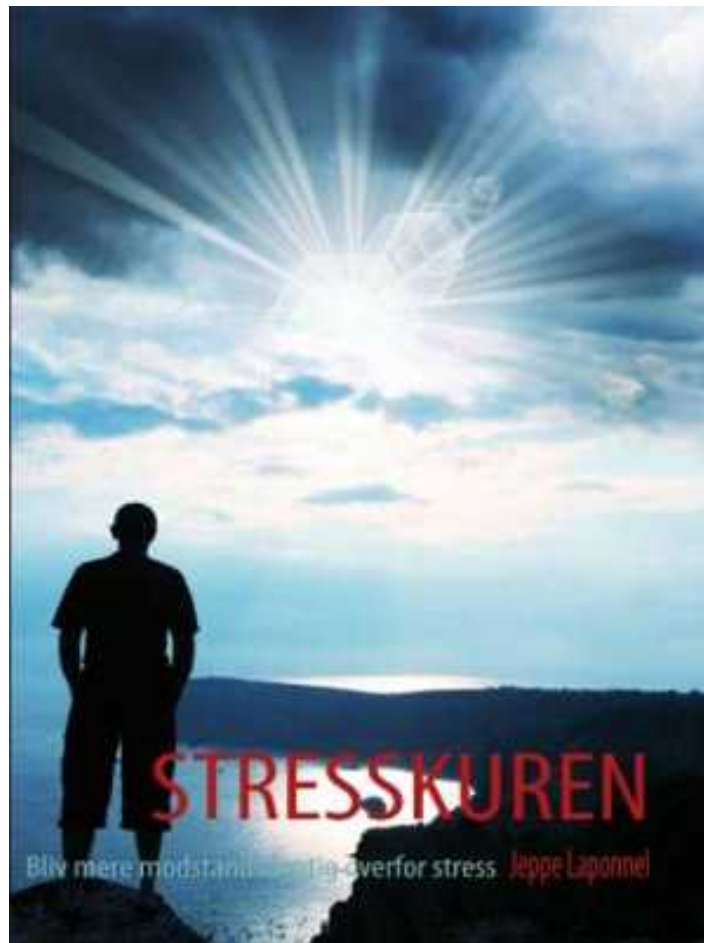


Stresskuren PDF

Jeppe Laponnel



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



Forfatter: Jeppe Laponnel
ISBN-10: 9788776916800
Sprog: Dansk
Filstørrelse: 2683 KB

BESKRIVELSE

Er du stresset? Lær at ændre dine reaktioner på stress Du kan ikke helt undgå stress i dit liv, men du kan lære at ændre din reaktion på stress. Jeppe Laponnel kender kun stressen alt for godt. Han har selv taget hele turen - fra at være en meget succesfuld leder - til et sort hul med stress og depression - og op igen. I denne bog fortæller han dig sin historie - åbent og ærligt. Han giver dig samtidig en masse værktøjer til at håndtere din stress. Værktøjer der kan gøre dig mere immun overfor stress. Han viser dig ny måder at se din stress på og lærer dig et fantastisk effektivt værktøj du kan bruge fra dag ét. Et værktøj der vil kunne give din en masse styrke til at kunne håndtere stress. Jeppe Laponnel har været direktør for en af Danmark hurtigst voksende virksomheder. I 2004 fik han Dansk Markedsføringspris, og fik samme år prisen som Årets Aalborg Europæer. Efter mange år med al for meget stress og pres knækkede filmen til sidst for ham.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Find de bedste bogpriser og alle anmeldelser af Stresskuren af Jeppe Laponnel

Stresskuren (Danish Edition) [Jeppe Laponnel] on Amazon.com. *FREE* shipping on qualifying offers.
Er du stresset? Lær at ændre dine reaktioner på stress Du kan ...

Køb 'Stresskuren' bog nu. Er du stresset?Lær at ændre dine reaktioner på stressDu kan ikke helt undgå stress i dit liv, men du kan læ ...

STRESSKUREN

[Læs mere ...](#)