

Søgeord: download Lad kroppen vise vejen pdf bøg, Lad kroppen vise vejen mobi, Lad kroppen vise vejen epub online gratis, Lad kroppen vise vejen torrent, Lad kroppen vise vejen køses online, digitaliseret Lad kroppen vise vejen pdf

Lad kroppen vise vejen PDF

Diane Jasmin



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



Forfatter: Diane Jasmin
ISBN-10: 9788771456776
Sprog: Dansk
Filstørrelse: 3971 KB

BESKRIVELSE

Bogen er en brugsbog til den som lider af bulimi eller tvangsoverspisning. Den er tænkt som en "hjælp til selvhjælp", og som et redskab der kan anvendes, uanset hvor i sin proces man befinder sig. På levende og inspirerende vis, tages læseren med på en rejse ind i sig selv. En rejse, hvor det bliver muligt at forstå og forløse de bagvedliggende årsager til sit misbrug af mad. Bogen kommer omkring følelsesmæssige, kropslige og hormonelle aspekter af det at have en spiseforstyrrelse. Alle understøttes de af konkrete øvelser og redskaber. Desuden inddrager forfatteren sine egne erfaringer med både bulimi og tvangsoverspisning (BED). Bl.a. med det formål, at give læseren mulighed for at spejle sine erfaringer og derigennem opnå en større forståelse af sig selv. Bogen er en guide og en kærlig rejsekammerat. Brug den som inspiration til at gå på opdagelse i dig selv. Du vil opdage, at kroppen er vejen, at når først du slutter fred med din krop, kan roen indfinde sig og forandringen ske!

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Lad kroppen vise vejen - krop, mad og følelser hæ nger sammen. Diane Jasmin. Books On Demand, 2014. 248 sider. Anmeldt af Hanne Kirkegaard

Encuentra Lad Kroppen Vise Vejen de Diane Jasmin (ISBN: 9788771456776) en Amazon. Envíos gratis a partir de 19€.

Bog om spiseforstyrrelser: "Lad kroppen vise vejen" af Diane Jasmin. Forhandlere: Redskaber: SOS-Huset v/Lene Uttrup. Jane Horsdal Gammelgaard

LAD KROPPEN VISE VEJEN

[Læs mere ...](#)