

## Vær Stærk PDF

**Demi Lovato**



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



**DOWNLOAD PDF**

Forfatter: Demi Lovato  
ISBN-10: 9788790693077  
Sprog: Dansk  
Filstørrelse: 1998 KB

**BESKRIVELSE**

Demi Lovato er til stor inspiration for en hel generation. Som kendt sanger og Disneystjerne, levede hun det liv som mange teenagere drømmer om, med ikke mindre end 21 millioner fans på Facebook, og 17 millioner følgere på Twitter. Men bag facaden led hun. Mobning, lavt selvværd, og Bipolar lidelse, førte til alkohol og narkotikamisbrug, at hun skar i sig selv, og udviklede bulimi. Da hun valgte at stå frem med sine problemer, vakte det opsigt, ikke mindst blandt hendes danske fans. Alligevel lykkedes det hende at komme ud af det mørke hun befandt sig i, og ind i en gladere og lysere tilværelse. Måden hun gjorde dette på findes beskrevet i denne bog: ved hjælp af positive selvbekræftelser formåede hun at skifte sit livssyn fra negativt og selvdestruktivt, til imødekommende og næstekærligt, og derved erfarede hun at hele hendes liv faktisk ændrede sig. Bogen indeholder 365 meningsfyldte citater, ét for hver dag i året, der har betydet noget for hende. De efterfølges af hendes egne kommentarer og erfaringer, og til sidst et mål for den dag. Bogen er en inspirationskilde for de mange unge mennesker der kæmper med lavt selvværd, mobning, spiseforstyrrelse, misbrug, eller andet, og som har brug for at vide at der findes hjælp, at der findes et lys for enden af tunnelen. Som Demi selv siger i bogen: "Det er min opgave at være et fyrtårn af håb for den lille pige der ikke har noget håb tilbage."

**HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?**

"Vær stærk. Lad være med at være en medløber. Gør altid det rigtige. Hvis du har et valg mellem det rigtige og det forkerte, så gør det rigtige. ...

"Vær Stærk" [1. udgave, 1. oplag] af Demi Lovato - Paperback (Bog med limet ryg). På dansk. Genre: Psykologi, Psykisk Sundhed. Udgivet 22/10-2014. Vejer 314 g og ...

Vær stærk - 365 dage om året: 365 dage om året (Forfatter: Demi Lovato, Forlag: Profic, Format: Paperback, Type: Bog, ISBN: 9788790693077)

## VÆR STÆRK

[Læs mere ...](#)