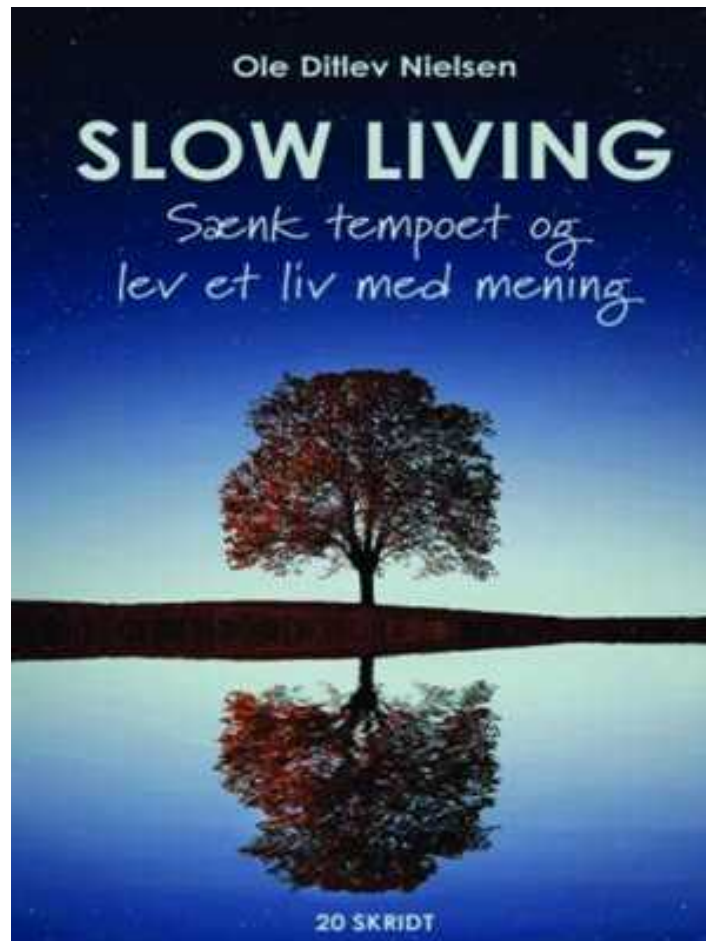


Søgeord: download Slow living - sænk tempoet og lev et liv med mening pdfbøg, Slow living - sænk tempoet og lev et liv med mening mobi, Slow living - sænk tempoet og lev et liv med mening epub online gratis, Slow living - sænk tempoet og lev et liv med mening torrent, Slow living - sænk tempoet og lev et liv med mening læses online, digitaliseret Slow living - sænk tempoet og lev et liv med mening pdf

Slow living - sænk tempoet og lev et liv med mening PDF

Ole Ditlev Nielsen



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



Forfatter: Ole Ditlev Nielsen

ISBN-10: 9788740967005

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 4368 KB

BESKRIVELSE

”Slow living – sænk tempoet og lev et liv med mening” er bogen for dig, der ønsker at sænke farten og i stedet bruge tiden på det, der giver dig mening og glæde i livet. Det er en bog, der handler om, hvordan du kan slutte dig til en voksende skare af mennesker, der sætter farten ned og vælger at leve et liv med mindre stress og mere mening. Mantraet er, at det ikke handler om at gøre tingene hurtigt eller gøre dem mere, men om at gøre dem bedre. I bogen får du en introduktion til Langsombevægelsen og dens filosofi, og du lærer hvordan du kan bruge filosofien i din hverdag. Du hører om slow food, slow parenting, minimalisme, meditation og meget mere. I bogens sidste – og længste – del får du et væld af praktiske tips og råd til, hvordan du sænker tempoet, får flere gode oplevelser og kommer til at leve et langsomt liv med nærvær og meningsfulde relationer. Slow living – Sænk tempoet og lev et liv med mening er en tankevækkende bog om at sige farvel til det hurtige og overfladiske og goddag til det gode liv. Ved bogens slutning står du tilbage med et nyt perspektiv på begrebet tid, en ny måde at prioritere din tilværelse på og en helt konkret opskrift på et langsomt liv. OLE DITLEV NIELSEN (f. 1975) er forfatter, foredragsholder og driver kursus- og foredragsvirksomheden 20 Skridt. Han har skrevet en række populære og anmelderroste bøger om stress, forandringer og undervisning. Ole har undervist i 20 år og holdt en lang række foredrag og kurser over hele landet. I 2014 sagde Ole et fast job op for i stedet at leve langsomt liv med tid til det vigtige. For Ole betyder det tid til at skrive, hente børnene tidligt og tid til at tilbringe en del af året i Sydøstasien, hvor han sammen med familien oplever verden og samler inspiration til nye bogprojekter. Ole har optrådt i medier som Politiken, B.T. og Radio 24Syv. DET SAGDE ANMELDERNE OM OLE DITLEV NIELSENS BOG "OM AT LEVE - 20 SKRIDT TIL MI OVERSKUD OG MINDRE STRESS." "Ole Ditlev Nielsen har skrevet en konkret og vidunderlig bog som er lige til at gå til." - Sascha Jensen, Tidsskriftet Balance. "...Sprængfyldt med råd som er lette at følge og indarbejde i hverdagen." - Charlotte Højlund, Ude og Hjemme." "Ved at følge de 20 skridt kan du skabe store, positive forandringer i dit liv...inspirerende læsning" Margrethe Vadmand, anmeldelse i Magasinet Psykologi. Du kan se mere om Ole og hans øvrige bøger på hans hjemmeside www.20skridt.dk.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Slow Living - Sænk Tempoet Og Lev Et Liv Med Mening - Ole Ditlev Nielsen - Bog gucca.dk

Mange af os har en stresset hverdag med alt for mange opgaver og alt for lidt tid og overskud. Et liv med for meget trædemølle og for lidt råderum til det, der ...

Du kan endog overveje en mindfulnesszone med et par yogamåtter og et ... Og som Lev Vygotsky sagde: ... hverdag i bogen Slow living - sænk tempoet og lev et liv ...

SLOW LIVING - SÆNK TEMPOET OG LEV ET LIV MED MENING

[Læs mere ...](#)