

Få dig et liv PDF

Bianca Solveig Stjerne



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



Forfatter: Bianca Solveig Stjerne

ISBN-10: 9788777068911

Sprog: Dansk

Filstørrelse: 2277 KB

BESKRIVELSE

At leve med kroniske smerter er en krævende udfordring for alle mennesker og en meget belastende tilstand både fysisk og psykisk. Det kan på én gang være uhåndgribeligt og svært at fatte. Når du som Bianca Solveig Stjerne må indse, at du fremover skal leve med kronisk sygdom, vil du stille dig selv mange spørgsmål: Hvordan skal mit liv nu blive? Kan jeg alligevel få et godt liv? Hvad skal jeg sige farvel til? Hvad med alle mine drømme? Måske mener du ganske enkelt, at det, at du er blevet syg, ikke er retfærdigt. Men uanset om det er retfærdigt eller ej, må du hjælpe dig selv. Det er netop derfor, at Bianca har skrevet denne bog fyldt med inspiration og forskellige værktøjer til at blive en god selvhjælper, så du kan lære at tackle dine daglige udfordringer. Bianca forsøger at give dig et kærligt spark bagi og at få dig til at tage ansvar for dig selv, din sygdom og dit liv. Få dig et liv er en arbejdsbog med øvelser og opgaver, hvor du kan gå tilbage eller hoppe frem til netop det kapitel eller det emne, du finder relevant. Forfatterens vil vise dig, at du ikke er alene, og du vil blandt andet møde en håndfuld modige kronikere og pårørende, som gerne deler deres historier, tanker og erfaringer fra et liv med kronisk sygdom. Bogen er for alle kronikere og deres pårørende. Uanset om du har sklerose, kroniske smerter, stress, fibromyalgi, gigt, hjerte-kar-sygdomme, astma, muskel- og skeletlidelser, diabetes, migræne, allergi eller en anden kronisk sygdom, så er bogen til dig.

HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?

Få Dig Et Liv bog: - Et godt liv med kronisk sygdom At leve med kroniske smerter er en krævende udfordring for alle mennesker og en meget belastende t...

At leve med kroniske smerter er en krævende udfordring for alle mennesker og en meget belastende tilstand både fysisk og psykisk.

Køb 'Få dig et liv' bog nu. At leve med kroniske smerter er en krævende udfordring for alle mennesker og en meget belastende tilstand både ...

FÅ DIG ET LIV

[Læs mere ...](#)