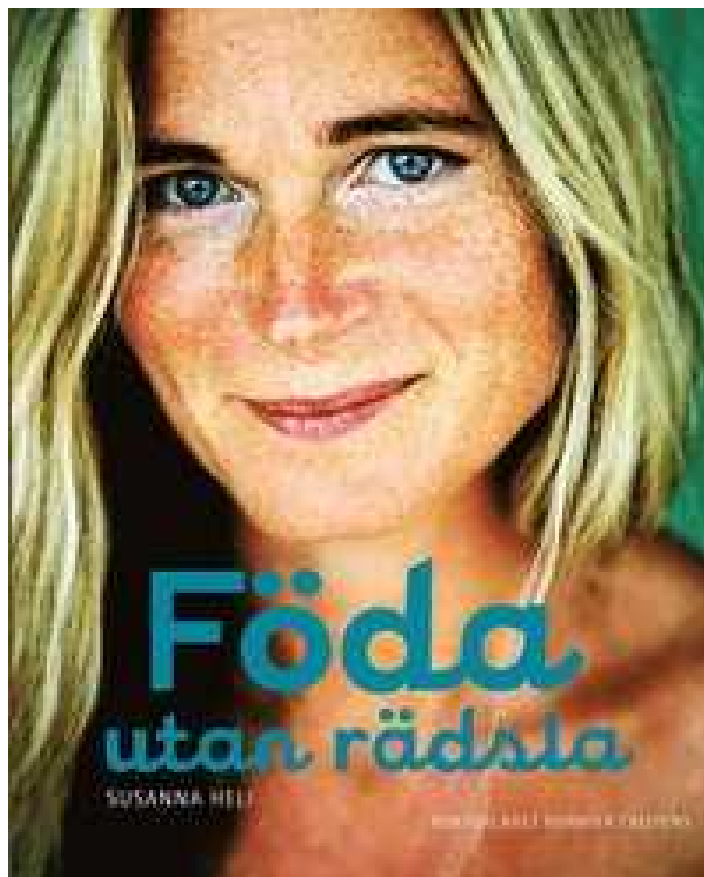


Tags: Föda utan rädsla las online bok; Föda utan rädsla ladda ner pdf e-bok; Föda utan rädsla bok pdf svenska; Föda utan rädsla epub books download; Föda utan rädsla MOBI download; Föda utan rädsla e-bok apple

Föda utan rädsla PDF E-BOK

Susanna Heli



Författare: Susanna Heli
ISBN-10: 9789174270037
Språk: Svenska
Filstorlek: 4611 KB

BESKRIVNING

Allt fler kvinnor upplever en stark rädsla inför sin förlossning. Samtidigt är den svenska förlossningsvården säkrare än någonsin för både mor och barn. Susanna Heli har arbetat med att ge födande kvinnor kraft och stöd under hundratals förlossningar. Här har hon valt ut sina fyra mest effektiva verktyg som hjälper dig att undvika stress och rädsla. Med andning, avspänning, rösten och tankens kraft leds du bort från rädsla och mot trygghet och kraft. Verktygen är enkla och kan användas under födandets alla skeden. De gör förlossningen till en stärkande och positiv upplevelse både för den födande kvinnan och för hennes partner. Föda utan rädsla passar dig oavsett om du är förstföderska eller omföderska, om du väljer att ha bedövning eller föda helt utan smärtlindring, om du är mycket rädd eller bara vill vara förberedd.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Profylax - Profylaxkurser i Stockholm | Föda utan rädsla

Allt fler kvinnor upplever en stark rädsla inför sin förlossning. Samtidigt är den svenska förlossningsvården säkrare än någonsin för både mor och barn. ...

Föda utan rädsla | Yogashala Stockholm

Att medvetet och aktivt använda andning, avslappning, mentalt fokus och rösten är olika tekniker som är till stor nytta vid förlossningen.

Temaklass - Föda utan rädsla | Yogashala Stockholm

Allt fler kvinnor upplever en stark rädsla inför sin förlossning. Samtidigt är den svenska förlossningsvården säkrare än någonsin för både mor och barn ...

FÖDA UTAN RÄDSLÅ

LÄS MER