

Tags: Sluta hetsäta : handbok för dig som vågar försöka själv MOBI download; Sluta hetsäta : handbok för dig som vågar försöka själv e-bok apple; Sluta hetsäta : handbok för dig som vågar försöka själv bok pdf svenska; Sluta hetsäta : handbok för dig som vågar försöka själv ladda ner pdf e-bok; Sluta hetsäta : handbok för dig som vågar försöka själv epub books download; Sluta hetsäta : handbok för dig som vågar försöka själv las online bok

---

## **Sluta hetsäta : handbok för dig som vågar försöka själv PDF E-BOK**

**Heléne Glant**



Författare: Heléne Glant  
ISBN-10: 9789127133006  
Språk: Svenska  
Filstorlek: 1207 KB

## BESKRIVNING

Tiotusentals unga svenska kvinnor och inte så få män lider av hetsätning eller bulimia nervosa. Många av dem har svårt att få effektiv hjälp för sina problem eller drar sig för att uppsöka sjukvården. Sluta hetsäta är en självhjälsbok som utgår från en etablerad psykiatrisk behandlingsmetod. Den innehåller ett pedagogiskt uppbyggt steg-för-steg-program med vars hjälp man själv kan få kontroll över hetsätningen och den typ av problem som ofta ligger bakom. Boken vänder sig direkt till den drabbade men kan även användas av vårdpersonal som vill lära sig behandlingsmetoden eller av andra som kommer i kontakt med problematiken.

## VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

### **Att se bortom symtomen - Fallexempel i klinisk psykologi | Psykologi ...**

Köp böcker av Heléne Glant: Sluta hetsäta : handbok för dig som vågar försöka själv; Så här kan man förebygga och behandla ätstörningar : ...; Sluta ...

### **Download Sluta hetsäta : handbok för dig som vågar försöka själv ...**

Tiotusentals unga svenska kvinnor- och inte så få män- lider av hetsätning eller bulimia nervosa, en ätstörning nära besläktad med anorexia nervosa.

### **Sluta svälta : Handbok för dig som kämpar mot anorexi - boktipset.se**

Pris: 319 kr. häftad, 2011. Skickas inom 5-7 vardagar. Köp boken Sluta hetsäta : handbok för dig som vågar försöka själv av Heléne Glant (ISBN ...

**Sluta hetsäta : handbok för dig som vågar försöka själv**

***LÄS MER***