

## Verkttygslåda för vardagen PDF E-BOK

Emma Pihl



Författare: Emma Pihl  
ISBN-10: 9789170365492  
Språk: Svenska  
Filstorlek: 2488 KB

## BESKRIVNING

Vad är det som gör att det är så svårt att leva som vi lär? Och hur kommer det sig att förändringsbeslut och nyårslöften avslutas innan de knappt är påbörjade? Det finns inga genvägar! Färdigheter och förändring kräver träning. Verktygslåda för vardagen är ett praktiskt träningsprogram där du med coachen Emma Pihls stöd, vägledning, motivation och inspiration övas i att hantera vardagliga situationer på nya sätt. I verktygslådan finns bland annat övningar för att sätta igång din kreativitet, ladda för att vara på topp, slappna av och stärka din självkänsla. Regelbunden träning är enda genvägen för att uppnå den förändring du önskar.

## VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

### **Verktygslådan » Forum Carpe**

Gör skillnad för barn och ungas hälsa med hjälp av våra verktygslådor för kommun, skola, privatperson, landsting/BVC/MVC, ideella föreningar och företag.

### **Verktygslådor - allt för ditt hemmafixande!**

Vad är det som gör att det är så svårt att leva som vi lär? Och hur kommer det sig att förändringsbeslut och nyårslöften avslutas innan de knappt är ...

### **Verktygslådor & vagnar | Clas Ohlson**

LitteraturMagazinet - Sveriges nya litterära magasin är en redaktionell nättidskrift som hade premiär i januari 2012. Vi bevakar litteratur med ...

VERKTYGSLÅDA FÖR VARDAGEN

**LÄS MER**