

Morgondagbok PDF E-BOK

Jessica Hjert



Författare: Jessica Hjert
ISBN-10: 9789198130294
Språk: Svenska
Filstorlek: 4601 KB

BESKRIVNING

Är du redo att skapa en ny vana? Börja då dagen på bästa sätt genom att lyssna inåt. Vad säger din kropp och vad säger dina tankar? Med hjälp av enkla övningar får denna morgondagbok dig att komma närmare dig själv. Ta chansen att rensa dina tankar och lätta ditt hjärta! Morgon- och kvällsdagboken är tänkt för dig som är nyfiken på terapeutisk skrivande men har svårt att komma igång på egen hand. Med enkla frågor får du en morgon- eller kvällsvana att reflektera över dig själv. Tanken är att du väljer en bok som passar din rutin, antingen morgon eller kväll. Böckerna har olika övningar, du kan därför använda dem båda om du så vill, en på morgonen och en på kvällen.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Sökresultat - Norrtälje kultur

Bibliotekets webbplats använder sig av cookies (kakor) för att webbplatsen ska fungera bättre. Jag accepterar

Medicin & hälsa - Biblioteken i Borås stad

Okej..nu har jag fått kläm på det här med att blogga och helt ändrat inriktning. Nu vet jag vad jag vill berätta...Välkommen..;-)

Lena Bengtsson

onsdag 25 januari 2017 Nummer 19 Årgång 134 Lösnummer 3 www.ot.fi Nytt företag. Lunchcaféet blir italiensk restaurang. Sidan 9 Småbönders. Viktoria Fors- berg ...

LÄS MER