

Leva 2019 PDF E-BOK

Mia De Neergaard



Författare: Mia De Neergaard

ISBN-10: 9789187512599

Språk: Svenska

Filstorlek: 2616 KB

BESKRIVNING

Leva 2019-kalendern hjälper dig till ett härligt liv och balans i vardagen. Med fokus på livsglädje och mindfulness får du inspiration i att leva medvetet, i samklang med din kropp och själ och själva livet. Du får mängder av tips hur du kan vara närvarande i nuet, meditationer och övningar som gör vardagen lite lättare. En positivt upplyftande och coachande kalender för dig som vill få massor av inspiration till ett välmående och glädjefyllt år. Nytt för i år är att du varje månad får yogaövningar och recept på njutiga nyttigheter - både recepten och yogan är enkla att göra. Leva 2019 har årsöversikt, veckokalender med din egen prioriteringslista, vackra bilder, självstärkande affirmationer varvat med tankeväckande frågor. Du har plats för anteckningar, mål, aktiviteter och drömmar. Månaderna inleds med inspirerande text som följer månadens fokus. Månadernas tema är: Mirakler & Magi, Unikitet, Insikt, Enkelhet, Här & nu, Fantasi, Lust & njuta, Tid, Mod, Humor & skratt, Tystnad och avslutas i december med Hedra dig. De tidigare årens kalendrar är omtyckta av våra kunder!"Är mycket nöjd, gillar den skarpt! Varje dag blir extra magisk.""Superbra att få skriva ner dagens tankar. Kalendern har gett mig jättemycket!""Varje gång jag öppnar kalendern blir jag glad, har den med mig överallt."OM FÖRFATTARNAFörfattare, föreläsare och livscoachMia de Neergaard20 års yrkeserfarenhet inom personlig utveckling. Driver utbildningsföretaget Human Potential,ger kurser och föreläsningar inom livsglädje, hjärtats intelligens, emotionell intelligens, meditation, mindfulness och personlig coaching. Mia är medgrundare till Inspired Life travel, Soulwalk och Soulttime. Lyssna och ladda ner gratis meditation på www.miadeneergaard.seMedförfattareoch inspiratörEva DannekerDriver Vattumannen butik, postorder och förlag med inriktning på personlig utveckling, hälsa och livsåskådning. Eva är även chefredaktör för tidningen Inspire, ett hälsomagasin för kropp, sinne och själ med djupgående intervjuer och reportage. Eva vill sprida medvetenhet och livsglädje och är certifierad EQ terapeut, diplomerad ICF coach, Vedic Art lärare, mindfulnessinstruktör, yogalärare samt medgrundare till Inspired Life travel, SoulWalk och SoulTime. Läs mer om Eva på www.inspireyourlife.se

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Vinn en "Leva 2019 kalender" - blienvinnare.com

Köp dina biljetter till Thomas Di Leva - Malmö Slagthuset i Malmö, ... Nu byggs showen om till en glittrade konsertturné och åker ut i landet under våren 2019.

LEVA FRI - Resan till enkelhet: 2019

Leva 2019. Leva 2019-kalendern hjälper dig till ett härligt liv och balans i vardagen. Med fokus på livsglädje och mindfulness får du inspiration i att leva ...

leva.se - Sommarkollo i Småland

Köp biljetter till Thomas Di Leva - Changes på Gävle Konserthus i GÄVLE. Se evenemang, datum biljetter, priser, erbjudanden och mer information.

LÄS MER