

Keywords: Hjälp jag är utmattad PDF pdf bok på svenska, ladda ner Hjälp jag är utmattad ePUB, Hjälp jag är utmattad las online, Hjälp jag är utmattad download

Hjälp jag är utmattad PDF

Lena Holfve



Det här är bara ett utdrag ur Hjälp jag är utmattad bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.



Författare: Lena Holfve
ISBN-10: 9789113084480
Språk: Svenska
Filesize: 2793 KB

BESKRIVNING

Migränanfall som avlöser varandra. En bortdomnad ansiktshalva och ett rusande hjärta. Läkarbesök som aldrig leder någonvart. Kan det vara något fel på sköldkörteln? Varför vill jag bara sova men kan omöjligt vila mig pigg igen? Det här är en berättelse om den nya folksjukdomen utmattningssyndrom. Erica Dahlgren och Clara Lidström har själva kraschat in i den berömda väggen - och är nu på väg tillbaka. Tillsammans har de skrivit en personlig och trösterik bok att hålla i handen för alla de som redan är, eller riskerar att bli, utmattade. Med både sorg och humor berättar de om vägen dit och vägen tillbaka. Om varningstecknen som fanns men ignorerades. Om oro, ångest och vikten av återhämtning. De frågar sig vem man är när man slutat prestera, intervjuar experter och delar med sig av de metoder som de själva tycker varit till stor hjälp.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Hon försökte få hjälp med avlastning ... Det är min stora sorg, att jag blir så utmattad av att träffa ... Jag är i grunden en glad person och har bestämt ...

Det här är en berättelse om den nya folksjukdomen utmattningssyndrom. Erica Dahlgren och Clara Lidström har själva kraschat in i den berömda väggen ...

Migränanfall som avlöser varandra. En bortdomnad ansiktshalva och ett rusande hjärta. Läkarbesök som aldrig leder någonvart. Kan det vara något fel på ...

HJÄLP JAG ÄR UTMATTAD

[Fortsätt läsa...](#)