

Tags: Trots att jag har cancer - om att må så bra som möjligt i ett utsatt lägemed hjälp av EFT och mindfulness ladda ner pdf e-bok; Trots att jag har cancer - om att må så bra som möjligt i ett utsatt lägemed hjälp av EFT och mindfulness MOBI download; Trots att jag har cancer - om att må så bra som möjligt i ett utsatt lägemed hjälp av EFT och mindfulness bok pdf svenska; Trots att jag har cancer - om att må så bra som möjligt i ett utsatt lägemed hjälp av EFT och mindfulness las online bok; Trots att jag har cancer - om att må så bra som möjligt i ett utsatt lägemed hjälp av EFT och mindfulness e-bok apple; Trots att jag har cancer - om att må så bra som möjligt i ett utsatt lägemed hjälp av EFT och mindfulness epub books download

Trots att jag har cancer - om att må så bra som möjligt i ett utsatt lägemed hjälp av EFT och mindfulness PDF E-BOK

Åsa Axelsson



Författare: Åsa Axelsson
ISBN-10: 9789187813030
Språk: Svenska
Filstorlek: 1809 KB

BESKRIVNING

Cancer. Det där förskräckliga ordet. C-A-N-C-E-R. Som får det att darra till i själen av ren och skär dödsångest. Det där ordet, det hemska, det där som bara drabbar andra. Aldrig en själv. Tills den dag man känner något hårt i vänstra bröstet, något som inte brukar vara där, och som definitivt inte ska vara där, och inser att nu. Nu drabbar det mig. Nu är det min tur."Genomtänkt, genomlevd och alltigenom intressant. Så tänker jag efter att ha sträckt läst Iréne Ödmark-Halls personliga skildring av sin nedstigning i underjorden, sin färd upp mot ljuset och den metod, EFT (Emotional Freedom Techniques), som hon använde som stöd på vägen. Jag önskar att jag hade haft tillgång till denna bok då jag själv drabbades av cancer. Den hade säkert varit till god hjälp."Patricia Tudor Sandahl"Trots att jag har cancer... är en varm och livsbejakande bok. Den ger utrymme för tankar och funderingar på ett klokt sätt. Den väjer inte för det mörka samtidigt som ljuset, hoppet finns där hela tiden. Om jag själv skulle få cancer är det en tröst att veta att den här boken finns. Jag skulle inte känna mig så utlämnad."Eva Flemström, f.d. kurator inom cancervården

Boken är en introduktion till EFT och innehåller en utförlig manual för hur EFT kan användas vid cancer för att bearbeta oro, ångest och stress och på så sätt stärka kroppens egen självläkande förmåga. Ett flertal fallbeskrivningar och personliga berättelser ger insikt i hur EFT kan bidra till ökad livskvalitet trots sjukdom.

Om författaren: Med hjälp av EFT och mindfulness hjälper Iréne Ödmark-Hall människor att stressa ner och hitta åter till lugnet och glädjen inombords. Sommaren 2012 drabbades hon av bröstcancer. Hon fick då tillfälle att prova sina egna metoder i skarpt läge, och kunde konstatera att de verkligen fungerade. Iréne är lärare i stresshantering och mental träning, symbolpedagog, EFT-terapeut och AAMET International Accredited EFT Master Trainer. Hon har lång erfarenhet av mindfulness och EFT och förmedlar sina kunskaper på ett lättillgängligt sätt. Hon är en uppskattad föreläsare och kursledare. 10 kr av varje sålt exemplar går till Barncancerfonden.

VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

Healing? - Healing - Andlig skepticism iFokus

Trots att jag har cancer - om att må så bra som möjligt i ett utsatt läge med hjälp av EFT och mindfulness av Iréne Ödmark-Hall Cancer. Det där ...

trots | Adlibris

Buy Trots att jag har cancer - om att må så bra som möjligt i ett utsatt läge med hjälp av EFT och mindfulness by Iréne Ödmark-Hall (ISBN: 9789187813030) from ...

PDF Fakta om jordskalv PDF E-BOK - appetite4life.org

Hon rosslade och hade tilltagande andningssvårigheter som vi tog på största allvar eftersom hennes kille sa att ... jag hade högt ropat ut en fråga om ... så ...

**TROTS ATT JAG HAR CANCER - OM ATT MÅ SÅ BRA SOM MÖJLIGT I ETT UTSATT
LÄGEMED HJÄLP AV EFT OCH MINDFULNESS**

LÄS MER