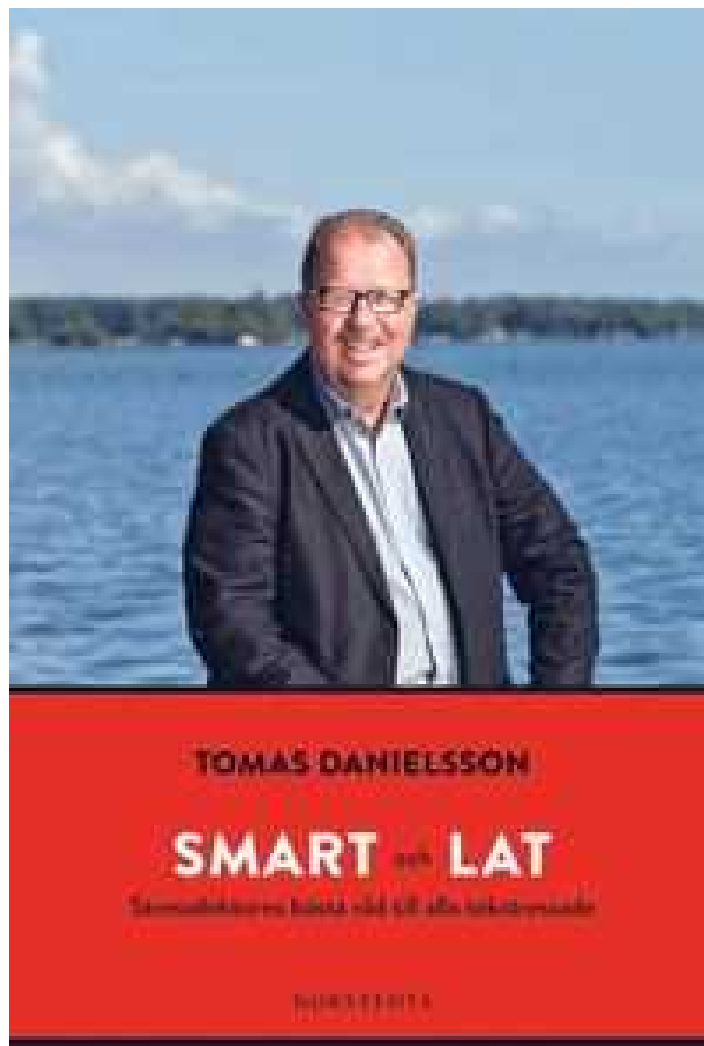


Tags: Smart och lat : stressdoktors bästa råd till alla tokstressade las online bok; Smart och lat : stressdoktors bästa råd till alla tokstressade MOBI download; Smart och lat : stressdoktors bästa råd till alla tokstressade epub books download; Smart och lat : stressdoktors bästa råd till alla tokstressade e-bok apple; Smart och lat : stressdoktors bästa råd till alla tokstressade bok pdf svenska; Smart och lat : stressdoktors bästa råd till alla tokstressade ladda ner pdf e-bok

---

## **Smart och lat : stressdoktors bästa råd till alla tokstressade PDF E-BOK**

**Tomas Danielsson**



Författare: Tomas Danielsson

ISBN-10: 9789113045306

Språk: Svenska

Filstorlek: 4904 KB

## BESKRIVNING

Det här är boken för dig som ligger sömnlös över omorganisationen på jobbet eller träningsrundor som aldrig blir av. Som inte kan njuta en kopp kaffe en vårdag utanför huset eftersom grannarna är i full fart med att kratta, olja, snickra, sätta surdegår och plantera trendiga lökar. En bok för dig som inte lyckas klämma in barn, karriär, kärlek, kompisar, träning, intressen och egen tid i ett och samma liv. Tomas Danielsson är en av Sveriges mest anlitade föredragshållare och handledare inom området stresshantering. Genom en lång rad medieframträdande, på scen och genom böckerna *Vad vore livet utan stress* och *Körskola för livet* har han med sunt förnuft och humor väglett hundratusentals svenskar genom alla de utmaningar livet bjuder på. Träningsrundorna som aldrig blir av, surdegår som ska sättas, hemrenoveringar och umgänge med familj, släktingar, vänner och arbetskamrater, karriär, kärlek och oro för barnen inför skolstarten det är lätt att fastna i all stress och känna att allt är eländigt. Tomas Danielsson säger: var smart och lat. Och lägger direkt till att det inte handlar om att sluta jobba och ta sin tillflykt till hängmattan. Däremot skulle vi alla må bättre av att inte lägga sten på bördan genom att jämföra oss för mycket med andra och sätta upp omöjliga mål det leder bara till ytterligare stress.

## VAD SÄGER GOOGLE OM DEN HÄR BOKEN?

### **Hämta Smart och lat : stressdoktors bästa råd till alla tokstressade ...**

Hoppa till navigering Hoppa till sök. ... Tomas Danielsson och Mattias Andersson: Smart och lat - Stressdoktors bästa råd till alla tokstressade, Norstedts, ...

### **Körskolor Örnköldsvik - sverigelokalt.se**

Smart och lat ... Stressdoktors bästa råd till alla tokstressade. ... och ta sin tillflykt till hängmattan. Däremot skulle vi alla må bättre av att ...

### **Syrestressad? Bli av med kemiska stressen | Hälsoliv | Expressen**

Det här är boken för dig som ligger sömnlös över omorganisationen på jobbet eller träningsrundor som aldrig blir av. Som inte kan njuta en kopp kaffe en ...

**SMART OCH LAT : STRESSDOKTORNS BÄSTA RÅD TILL ALLA TOKSTRESSADE**

***LÄS MER***