

Upptäck och skydda dig mot energitjuvar: På två timmar



ISBN:	9789174830620
Författare:	Ingalill Roos
Förlag:	Earbooks
Kategori:	Psykologi
Utgivningsdatum:	2012-03-07

[Upptäck och skydda dig mot energitjuvar: På två timmar.pdf](#)

[Upptäck och skydda dig mot energitjuvar: På två timmar.epub](#)

Finns det någon i din närhet som får dig att bli oförklarligt trött och må dåligt? Som dränerar dig på energi och ork? Här lär socionomen och samtalsterapeuten Ingalill Roos dig att upptäcka energitjuvarna i vardagen och hjälper dig att bli en friare och lyckligare människa. Bygger på bästsäljaren "Energitjuvar" - nu förkortad och uppdaterad! Vill du utvecklas men känner att tiden inte räcker till? Nu kan du förändra ditt liv mellan Stockholm och London eller mellan tidiga nyheterna och läggdags. Bockerna i handboks-serien "På två timmar" tar inte mer än två timmar att lyssna på - men innehåller kunskap som räcker en livstid. Författarna är alltid kända experter inom sina områden. Övriga böcker i serien: "Öka din sociala kompetens" av Henrik Fexeus "Bli fri från perfektionism" av Elizabeth Gummesson Ingalill Roos är socionom och samtalsterapeut. År 2006 kom debutboken Energitjuvar som blev en stor framgång och hittills har sålts i 120 000 exemplar. Hon är bosatt i Göteborg där hon driver en privatpraktik och är även verksam som föredragshållare.

Här får du många tips om hur du kan förändra din livsstil för att kunna uppnå bättre Hälsa & Livskraft.

Här finner du viktig information om din hälsa och förklaring till varför ditt liv ser ut som det gör. Här finner du viktig information om din hälsa och förklaring till varför ditt liv ser ut som det gör. Här får du många tips om hur du kan förändra din livsstil för att kunna uppnå bättre Hälsa & Livskraft. Här finner du viktig information om din hälsa och förklaring till varför ditt liv ser ut som det gör. Här får du många tips om hur du kan förändra din livsstil för att kunna uppnå bättre Hälsa & Livskraft. Här finner du viktig information om din hälsa och förklaring till varför ditt liv ser ut som det gör. Här får du många tips om hur du kan förändra din livsstil för att kunna uppnå bättre Hälsa & Livskraft. Här finner du viktig information om din hälsa och förklaring till varför ditt liv ser ut som det gör. Här får du många tips om hur du kan förändra din livsstil för att kunna uppnå bättre Hälsa & Livskraft.

Hälsa & Livskraft. Här finner du viktig information om din hälsa och förklaring till varför ditt liv ser ut som det gör.