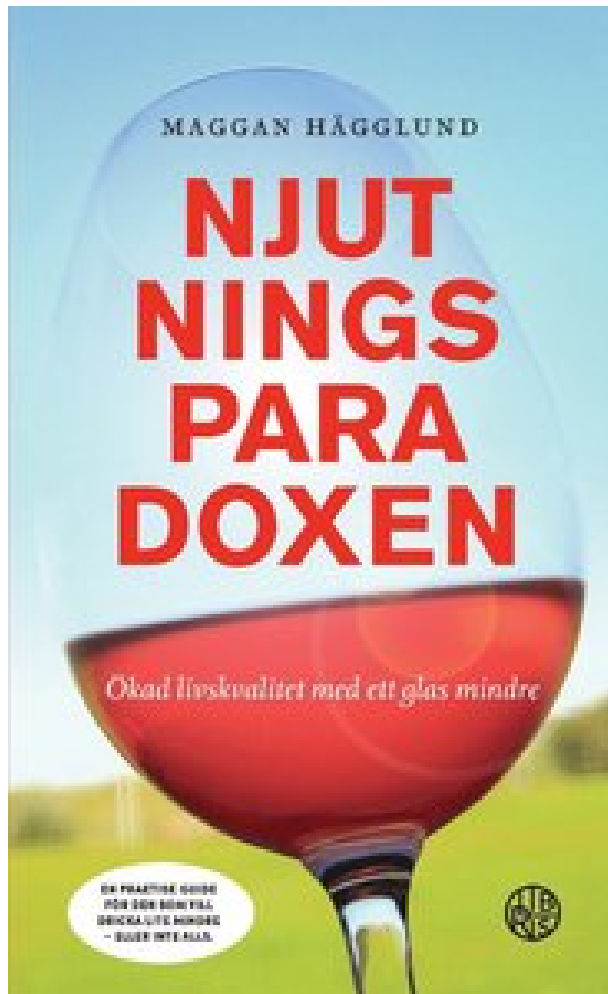


Njutningsparadoxen : ökad livskvalitet med ett glas mindre



Utgivningsdatum:	2017-05-04
Kategori:	Drog- & alkoholmissbruk
Författare:	Maggan Hägglund
Förlag:	Libris förlag
ISBN:	9789173875455
Antal sidor:	280

[Njutningsparadoxen : ökad livskvalitet med ett glas mindre.pdf](#)

[Njutningsparadoxen : ökad livskvalitet med ett glas mindre.epub](#)

"Här får du en helt unik manual från en som tappat fotfästet, tittat för djupt i glaset men som rest sig långt innan knockout. Det är en hoppfull bok." Amelia Adamo. Ett stort glas vin till den fina köttbiten en vanlig vardagskväll är en uppskattad guldkant i livet för många av oss. Maggan Hägglund ville också njuta, ville unna sig, få fler guldkanter på tillvaron. Hon tillhörde Den Nya Vin-generationen. Här skriver hon praktiskt, positivt och insiktsfullt om vilken stor betydelse ett glas mindre kan få för ökad livskvalitet och välmående.

För ett av de effektivaste sätten att må så bra man kan är just att hålla alkoholkonsumtionen på en lagom nivå och som hon skriver, på köpet "få mer energi, bättre hy, kanske bli av med både sömnproblem och depression och minska risken för cancer, benskörhet och annat elände". Maggan Hägglund är frilansjournalist och har varit chefredaktör för tidningen Tara. Libris har tidigare gett ut hennes böcker Det kommer att gå över, Maggans lilla starksköra och Drunkna inte i dina känslor, som hon skrivit tillsammans med Doris Dahlin.

Du har inga produkter i varukorgen. Nyheter i Livsenergi; Krönikor; Författare; Event; Medlemstidning Du

har inga produkter i varukorgen.

Nyheter i Livsenergi; Krönikor; Författare; Event; Medlemstidning Du har inga produkter i varukorgen. Hem; Inspiration. Nyheter i Livsenergi; Krönikor; Författare; Event; Medlemstidning. Nyheter i Livsenergi; Krönikor; Författare; Event; Medlemstidning Du har inga produkter i varukorgen. Nyheter i Livsenergi; Krönikor; Författare; Event; Medlemstidning Du har inga produkter i varukorgen. Hem; Inspiration. Hem; Inspiration. Nyheter i Livsenergi; Krönikor; Författare; Event; Medlemstidning Du har inga produkter i varukorgen. Hem; Inspiration. Nyheter i Livsenergi; Krönikor; Författare; Event; Medlemstidning Du har inga produkter i varukorgen. Hem; Inspiration.

Hem; Inspiration. Hem; Inspiration.