



Alles Liebe - Das kleine Überlebensbuch: Soforthilfe bei Kummer, Kränkungen und weiteren Unfreundlichkeiten

 **Download**

 **Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Alles Liebe - Das kleine Überlebensbuch: Soforthilfe bei Kummer, Kränkungen und weiteren Unfreundlichkeiten

Claudia Croos-Müller

Alles Liebe - Das kleine Überlebensbuch: Soforthilfe bei Kummer, Kränkungen und weiteren Unfreundlichkeiten Claudia Croos-Müller

 [Download Alles Liebe - Das kleine Überlebensbuch: Soforthi ...pdf](#)

 [Online lesen Alles Liebe - Das kleine Überlebensbuch: Sofort ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Alles Liebe - Das kleine Überlebensbuch: Soforthilfe bei Kummer, Kränkungen und weiteren Unfreundlichkeiten Claudia Croos-Müller

48 Seiten

Kurzbeschreibung

Neues von den Gute-Laune-Schafen

Liebe und Mitgefühl, Geborgenheit und Vertrauen – das sind die emotionalen Grundlagen für unser Leben! Und es gibt einen einfachen Weg, um in diesen Freude-Modus zu wechseln, wenn uns Kummer, Enttäuschungen oder Kränkungen bedrücken: 12 einfache Körperübungen wirken auf die emotionalen Bereiche des Nervensystems und helfen, rasch positive und freundliche Gefühle zu entwickeln. Diese Übungen, zum Beispiel Lächeln, Hände reiben und Hand aufs Herz, werden von den beliebten Gute-Laune-Schafen präsentiert, und lassen sich überall und jederzeit umsetzen – schnell, einfach und wirksam.

Über den Autor und weitere Mitwirkende

Dr. med. Claudia Croos-Müller ist Fachärztin für Neurologie, Nervenheilkunde und Psychotherapie sowie Europazertifizierte EMDR-Therapeutin. Sie hat die Body2Brain-ccm®-Methode entwickelt und bietet Vorträge, Workshops und Seminare unter anderem zu den Themen emotionale Steuerung und mentale Gesundheit sowie Ausbildung in der Body2Brain-Methode an. Die Bestsellerautorin ist regelmäßige Dozentin, zum Beispiel bei der Akademie der Deutschen Medien und der Referentenagentur Bertelsmann.

Kai Pannen ist Illustrator und Trickfilmer und lebt mit seiner Familie in Hamburg.

Download and Read Online Alles Liebe - Das kleine Überlebensbuch: Soforthilfe bei Kummer, Kränkungen und weiteren Unfreundlichkeiten Claudia Croos-Müller #G2KBD61JAVY

Lesen Sie Alles Liebe - Das kleine Überlebensbuch: Soforthilfe bei Kummer, Kränkungen und weiteren Unfreundlichkeiten von Claudia Croos-Müller für online ebook
Alles Liebe - Das kleine Überlebensbuch: Soforthilfe bei Kummer, Kränkungen und weiteren Unfreundlichkeiten von Claudia Croos-Müller
Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen
Alles Liebe - Das kleine Überlebensbuch: Soforthilfe bei Kummer, Kränkungen und weiteren Unfreundlichkeiten von Claudia Croos-Müller
Bücher online zu lesen.
Online Alles Liebe - Das kleine Überlebensbuch: Soforthilfe bei Kummer, Kränkungen und weiteren Unfreundlichkeiten von Claudia Croos-Müller
ebook PDF herunterladen
Alles Liebe - Das kleine Überlebensbuch: Soforthilfe bei Kummer, Kränkungen und weiteren Unfreundlichkeiten von Claudia Croos-Müller
Doc
Alles Liebe - Das kleine Überlebensbuch: Soforthilfe bei Kummer, Kränkungen und weiteren Unfreundlichkeiten von Claudia Croos-Müller
Mobipocket
Alles Liebe - Das kleine Überlebensbuch: Soforthilfe bei Kummer, Kränkungen und weiteren Unfreundlichkeiten von Claudia Croos-Müller
EPub