

## USZANUJ SIEBIE Wewnętrzna sztuka dawania i przyjmowania



Cena: 33,90 PLN

### Opis słownikowy

Autor	Patricia Spadaro
ISBN	978-83-7579-627-8
Rok wydania	2017
Wydawca	Wydawnictwo Galaktyka
Wysyłamy	Wysyłamy w ciągu 3-5 dni roboczych

### Tabela cech produktu

Wydanie	1
Oprawa	miękka ze skrzydełkami
Ilość stron	246
Format	15.0x23.0cm

### Opis produktu

To piękna, mądra książka, pełna pomocnych podpowiedzi, które jasno wytyczają kierunek i uwalniają nas od stresu. „Uszanuj siebie to coś więcej niż pokarm dla duszy ? to prawdziwe lekarstwo dla serca. Patricia Spadaro zachęca do tego, by szczerze kochać samego siebie, bo, jak mówi, dzięki temu poradzimy sobie z umysłowymi i emocjonalnymi przeszkodami, które życie rzuca nam pod nogi”.

? dr. Ann Louise Gittleman, autorka bestsellera „New York Timesa” Plan wypłukiwania tłuszczu oraz Before the Change