

Tags: Föräldraskivan ladda ner pdf e-bok; Föräldraskivan bok pdf svenska; Föräldraskivan MOBI download; Föräldraskivan las online bok; Föräldraskivan e-bok apple; Föräldraskivan epub books download

---

## Föräldraskivan PDF E-BOK

**Eva Johansson**



Författare: Eva Johansson

ISBN-10: 9789198202588

Språk: Svenska

Filstorlek: 4332 KB

## BESKRIVNING

Tanken på att bli förälder är för de allra flesta svindlande, pirrande, nervös och så oerhört glädjande. Oftast allt på samma gång. Tankarna pendlar mellan att vara den lyckligaste i världen till att känna sig oförmögen och totalt utlämnad åt det okända. Varje graviditet och varje förlossning är unik och oförutsägbar. Men du kan ändå förbereda dig mentalt. Genom att i förväg låta dina tankar och föreställningar, om och om igen, gå till hur du vill känna dig och reagera i olika situationer instruerar du ditt inre och kan påverka processen på ett bra sätt. Föräldraskivan innehåller fem olika program, några specifikt för mamman, något specifikt för pappan (eller den person som är med vid förlossningen) och några för båda tillsammans. "Tack för den underbara föräldraskivan! Jag njuter och kopplar av, den gör susen!" "Vi är flera BM (barnmorskor) som lyssnat på skivan nu och alla är odelat positiva!"

## VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?

### **Gravid/avslappnings-CD**

Föräldraskivan. Av: Eva Johansson. Tanken på att bli förälder är för de allra flesta svindlande, pirrande, nervös och så oerhört glädjande.

### **Ivan Johansson | Adlibris**

Föräldraskivan av Eva Johansson övrigt, 2011, Svenska, ISBN 9789198202588. Tanken på att bli förälder är för de allra flesta ...

### **Andning | Eva Johansson**

Avslappning & Mental träning Bara vara jag Läk dig till plushälsa Föräldraskivan Lugn och trygg Läkande & stärkande vid cancersjukdom Energikick USB-minne ...

**LÄS MER**