

[Download free pdf] Stndig mde und erschpft ? Neue Kraft durch Lebensfreude und Gelassenheit (German Edition)

Stndig mde und erschpft ? Neue Kraft durch Lebensfreude und Gelassenheit (German Edition)

Dr. Angela Fetzner

**Download PDF | ePub | DOC | audiobook | ebooks*



[Download](#)

[Read Online](#)

2015-11-12Original language:GermanPDF # 1 8.00 x .46 x 5.00l, .41 #File Name: 1519273932204 pages | File size: 61.Mb

Dr. Angela Fetzner : Stndig mde und erschpft ? Neue Kraft durch Lebensfreude und Gelassenheit (German Edition) before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Stndig mde

und erschöpft ? Neue Kraft durch Lebensfreude und Gelassenheit (German Edition):

Sie fühlen sich ständig müde, erschöpft oder gar ausgebrannt? Sie sind schlapp und wenig leistungsfähig? Dafür können viele Ursachen infrage kommen. Probleme im Privatleben, mangelnde Anerkennung, v. a. aber Stress im Berufsleben, sind häufige Auslöser für die scheinbar unerklärliche Müdigkeit. Ständig wachsende Anforderungen im Berufsleben, verbunden mit einem hohen Anspruch an die eigene Leistung, können mit der Zeit zu völliger Erschöpfung und permanenter Müdigkeit führen. Intensiven Arbeitsphasen stehen keine ausreichenden Phasen der Ruhe und Regeneration gegenüber, zudem fehlen häufig Strategien zur Stressbewältigung und zum richtigen Abschalten. Man muss sich jedoch keineswegs mit diesem Zustand der bleiernen Müdigkeit abfinden. Es gibt zahlreiche Möglichkeiten, mittels derer Sie wieder neue Kraft, Schwung und Antrieb in Ihr Leben bringen. In diesem Buch werden wirksame Methoden wie Stressabbau, kräftigende Maßnahmen und leichte Formen der Bewegung als hilfreiche Möglichkeiten gegen chronische Müdigkeit genannt. Eine grundlegende Entgiftung des Körpers, die Auflösung von Energieblockaden sowie homöopathische Mittel, Schler-Salze und die Wiederherstellung einer gesunden Darmflora gehören weiter zu grundlegenden Maßnahmen und zum Mittelpunkt der Therapie. Möge dieses Buch also Ihr persönlicher Wegweiser zu mehr Vitalität, Kraft und Lebensfreude sein. Die Autorin berät und informiert als promovierte Apothekerin seit zwei Jahrzehnten zahlreiche Kunden. Als unabhängige Autorin und Apothekerin fühlt sich die Verfasserin dieses Buchs nur der Gesundheit und dem Wohl der Menschen verpflichtet. Herzlichst Ihre Apothekerin Dr. Angela Fetzner 2. Auflage

About the Author Dr. Angela Fetzner arbeitet seit 1996 bis dato als approbierte Apothekerin in öffentlichen Apotheken und Krankenhausapotheken in ganz Deutschland und der Schweiz. Aufbaustudium der Pharmaziegeschichte in Marburg, Abschluss als Pharmaziehistorikerin, dort auch Promotion. Als Apothekerin der Praxis - mit dem entsprechenden fachlichen Wissen durch Pharmaziestudium und zahlreiche Fortbildungen - ist es ihr Anliegen, den Menschen komplexe medizinische Sachverhalte verständlich nahe zu bringen.