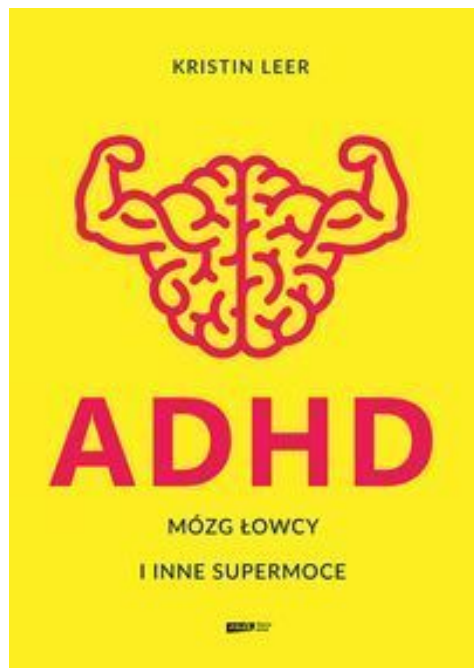


ADHD Mózg łowcy i inne supermoce



Cena: 38,90 PLN

Opis słownikowy

Autor	Kristin Leer
ISBN	978-83-240-7763-2
Rok wydania	2023
Wydawca	ZNAK
Wysyłamy	Wysyłamy w 24h (w następny dzień roboczy)

Tabela cech produktu

Wydanie	1
Oprawa	Miękka ze skrzydełkami
Ilość stron	320
Format	14.4x20.5cm

Opis produktu

O autorce:

KRISTIN LEER to doświadczona norweska lekarka psychiatrii, u której w wieku 44 zdiagnozowano ADHD, a także mama trójki dzieci, w tym jednego z tym samym zaburzeniem. Ukończyła studia medyczne w Warszawie. Obecnie stara się zostać nauczycielem medytacji oraz pracuje nad autorskim programem psychoedukacyjnym, którego celem jest polepszenie jakości życia osób z ADHD, na podstawie naturalnych i ogólnodostępnych metod, takich jak odpowiednia dieta, ćwiczenia uważności i medytacja.

baner_E