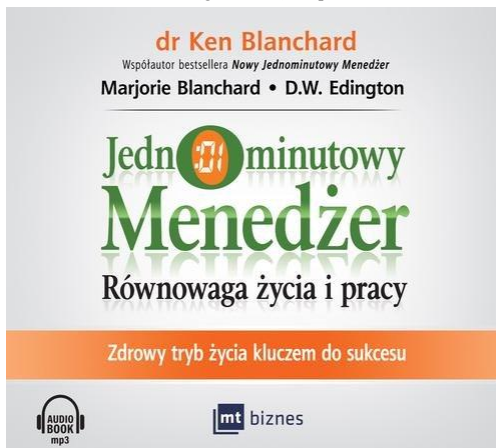


Jednominutowy menedżer Równowaga życia i pracy

Ściąganie książek pdf



Blanchard Ken

Jednominutowy menedżer Równowaga życia i pracy Blanchard Ken pobierz PDF Jednominutowy Menedżer odniósł tak wielki sukces w życiu zawodowym, że zapomniał o czymś niezwykle ważnym ? o zdrowiu.

Wciąż rozchwytywany, jadł w biegu i nie miał czasu na ćwiczenia fizyczne. Bardzo szybko przybrał na wadze, a jego oddech stał się krótki i urywany. Wkrótce odkrył, że sukces w biznesie drogo go kosztuje. W jego życiu brak było równowagi między karierą a zdrowiem. Ta łatwa w odbiorze książka zawiera cenne wskazówki na temat radzenia sobie ze stresem i dbania o dobrą kondycję fizyczną. Autorzy napisali ją z myślą o wiecznie zabieganych ludziach biznesu, których harmonogramy są zawsze przepełnione ?ważnymi i niecierpiącymi zwłoki zadaniami?. Opisanie są w niej cztery ważne zasady, dzięki którym każdy może szybko wrócić do formy i ponownie spojrzeć na życie z odpowiedniej perspektywy. Prowadząc zdrowszy tryb życia zwiększysz swoją produktywność, obniżysz poziom stresu i osiągniesz większą satysfakcję we wszystkim, co robisz.

Wszystkie książki. 30 dniowy okres próbny



Pobierz książkę pdf, księga pdf, książka pdf.