



Iris Seidenstricker

Der kleine Taschencoach

Impulse für ein gutes Leben

Glücklich und zufrieden – jeden Tag

Im Einklang mit sich selbst ein erfülltes, sinnvolles Leben führen, wer wünscht sich das nicht? Iris Seidenstricker öffnet uns einen leichten Zugang zum richtigen Weg dahin. Mit Zitaten, Geschichten und kleinen Übungen gibt sie Anregungen, der inneren Stimme zu vertrauen und die eigene Lebenswirklichkeit aktiv zu gestalten. Wenn wir mit Achtsamkeit uns und unsere Umgebung wahrnehmen, kommen wir dem Ziel eines glücklicheren Lebens Schritt für Schritt näher.

Iris Seidenstricker
Der kleine Taschencoach

dtv Ratgeber
160 Seiten

ISBN 978-3-423-42476-9
EUR 4,99 € [D] EUR 4,99 € [A]
ET 1. März 2015



Iris Seidenstricker

Iris Seidenstricker hat Germanistik, Philosophie und Pädagogik studiert und arbeitet heute als Coach und Trainerin für die Bereiche Karriere und Persönlichkeitsentwicklung. Sie ist Herausgeberin mehrerer Anthologien und Autorin von Lebenshilferatgebern.

© Privat

Weitere Bücher von Iris Seidenstricker

- Der kleine Taschencoach, dtv Ratgeber, Taschenbuch, ISBN 978-3-423-34829-4
- Der kleine Taschencoach, dtv Ratgeber, Taschenbuch, ISBN 978-3-423-34895-9
- Der kleine Taschencoach, dtv Ratgeber, Taschenbuch, ISBN 978-3-423-34927-7

Pressekontakt

Diana Hasenpflug
E-Mail: hasenpflug.diana@dtv.de

Tel.: 089/3 81 67-117
Fax: 089/3 81 67-317

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Tumblingerstraße 21
80337 München



- Der kleine Taschencoach, dtv Ratgeber, E-Book, ISBN 978-3-423-43066-1
- Der kleine Taschencoach, dtv Ratgeber, E-Book, ISBN 978-3-423-43257-3
- Zeit für Neues , dtv Ratgeber, E-Book, ISBN 978-3-423-43352-5
- Zeit für Neues , dtv Ratgeber, Premium, ISBN 978-3-423-26187-6

Pressekontakt

Diana Hasenpflug

E-Mail: hasenpflug.diana@dtv.de

Tel.: 089/3 81 67-117

Fax: 089/3 81 67-317

dtv Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG
Tumblingerstraße 21
80337 München