

NY BOK

Bumerang prinsippet - Mer tid til lykke

simplify

PRESSEMELDING 2008



Les mer om forfatteren, intervjuer og utdrag av boken på bokens web side www.simplify.no

Boken kan kjøpes på: www.simplify.no, www.karrierelink.no, www.kolofon.no, nettbokhandel eller i bokhandel.

Høyoppløste bilder av omslag og forfatter finnes på våre hjemmesider.

Bumerang prinsippet Mer tid til lykke

Arbeid, fritid og familie. Bring livet ditt i balanse med livs-styrings-strategier og de beste tips på områdene helse, psykologi og ernæring.

Forfatteren er en av de mest etterspurte Coacher i Tyskland og "guru for de tidløse" (Bunte 29/2000). Han er utdannet sosialøkonom med mange års erfaring fra personal og opplæring.

Han har begeistret mer enn 200.000 seminardeltakere. Han har fått den internasjonale treningsprisen "Excellence in Practice" som første tysker i 1999.

Leder sitt eget Consulting firma, som har spesialisert seg på temaene "Time-Management", "Life-Leadership" og "Balance Work-Life". Kunder blant annet: DaimlerChrysler, Degussa, Deutsche Bank, IBM, MLP, Porche, REWE, SAP, UBS, Wella.

Lothar J. Seiwert er sammen med Werner Tiki Küstenmacher, forfatter av millionbestselleren "Simplify Your Life".

Hans internasjonale bestsellere har solgt i mer enn 3 millioner eksemplarer.

Av hans mange bøker forekommer nå de følgende på norsk: "Når du har det travelt, gå langsomt", "Balance Your Life", "Simplify Your Life", "SimplifyGuiden – 30 minutter for din Work-Life-Balance", "Bumerang prinsippet - Mer tid til lykke" og "Bjørnevisdom – Hemmeligheter fra skogen"

Boken utkommer i oktober 2007

For anmeldereksemplar, ta kontakt med post@simplify.no

FRA INNHOLDET:

Finn din egne balanse i stormfylle tider. Derfor er det i denne boken snakk om de tingene som utgjør det å være menneske: *Helsemessig sunnhet, arbeide med suksess, lykkelige relasjoner og indre orientering.* Mer ro og fred. Mer balanse. Mer kreativitet. Mer tid for det vesentlige, for lykke.

Boken er full av gode og praktiske tester, som analyserer situasjonen din og som har mange praktiske tips og utprøvede strategier som leder deg til balansen mellom dette "å måtte" og ro og god tid.

- Du erkjenner hva som stresser deg, hva som bremser deg og hva som stjeler tid fra deg.
- Du bringer de fire livsområdene i balanse: Arbeid, Kropp, Kontakt og Hensikt.
- Du finner ut, hva som motiverer deg og synes å være i "flow".
- Du utnytter kraften av mål og planer.
- Du skaffer balanse mellom kaos og orden – og kreativiteten din sprudler.
- Du vinner tid for det vesentlige og tid for fred og ro som gjør deg godt.

KUNDEVURDERING

Gjennomsnittlig kundevurdering av 70 uttalelser på Amazon: ★★★★★

★★★★★ Ros til Lothar J. Seiwert: De fem stjernene er fullt fortjent."

„Med denne boken tilbringer man tiden sin meningsfullt og meget behagelig. Du stresser ikke ved lesningen. Du får ikke på følelsen av å gjøre alt galt eller å måtte forandre deg storartet. Uten belærende manerer og meget sympatisk. Ros til Lothar J. Seiwert: De fem stjernene er fullt fortjent.“

| FORFATTER | TITTEL |
|---|---|
| Lothar J. Seiwert | Bumerang prinsippet - Mer tid til lykke |
| OVERSATT AV | ANTALL SIDER |
| Jan Vig | Hft.273 sider |
| FORLAG | ISBN |
| Simplify www.simplify.no | 978-82-92878-03-3 |