

DEN GODE BARSEL

en guide til et familieliv i balance

COACH MED SPECIALE I BARSEL

guider til et familieliv i balance - med konkrete værktøjer!

Hvad indeholder Den gode barsel:

Indledning: Parat til start?

1. Barsel, basunkinder og bæbleer: Forventninger og forestillinger om barsel, børn og familieliv
2. Hvem ta'r opvasken – skat?: Ligestilling og ligeværd
3. Barbie eller Pippi? Historiens spor og rollemodellers betydning for din barsel
4. To-do's og not-to-do's: Værdier, valg og prioriteringer
5. Og de levede lykkeligt til ... De svære S'er: sex og samliv
6. Ohøj, job i sigte ... På arbejde igen efter barslen



*IKKE BARE UNDERHOLDNING OG SNAK, DENNE BOG KAN
FAKTISK OGSÅ GUIDE DIG TIL ET FAMILIELIV I BALANCE OG DER ER
MASSER AF HISTORIER FRA FAMILIER PÅ BARSEL*

DEN GODE BARSEL ER EN GUIDE OG FORTÆLLING, der kan hjælpe alle mødre og familier. Barslen er tiden, hvor familien skal forberede sig på et liv BÅDE med børn, arbejde, parforhold og fritids-ønsker. Til et nyt liv hvor hele familien gerne skulle være i balance.

Bogens formål er, at:

- Give værktøjer til en mere afbalanceret barsel
- Gøre det muligt at bruge barslen bedre til at forberede dig på et liv med balance mellem familie og arbejde
- Præsentere øvelser, der kan understøtte målet med at blive en familie i balance



HVEM ER NINA BRANDT?

Nina Brandt (1972) er gift med Mads og sammen har de en dreng og en pige på 2 og 5 år. Nina er Ph.d. i Nutidshistorie og Certificeret Coach (Maning Inspire) med speciale i barsel og familieliv.

Nina Brandts kontakinfo: www.ninabrandt.dk // Tel. 28938273.

Foto af Katrine Rohrberg. Fotosession d. 19. juni. Forlaget stiller fotos til rådighed.

Med venlig hilsen

Forlaget Aronsen // www.forlagetaronsen.dk
E-mail: info@forlagetaronsen.dk // Tel. 26539605

NYHED
UDKOMMER 25 AUGUST



ISBN 97-87-99385-0-7

• 200 sider (vejl.)

• 198,- kroner (vejl.)

Interview i Vores Børn og MOR

Anmeldes i alle baby og børneblade

En håndbog, der giver praktiske råd

Nina Brandt er mor til to, ph.d. og
Certificeret Coach med speciale i
barsel og familieliv



ARONSEN