



## DAUERHAFT FIT IM JOB

- ✓ Belastungen erkennen und gegensteuern
- ✓ Schritt für Schritt eine gesunde Arbeitshaltung entwickeln
- ✓ Selbstfürsorge und Psychohygiene
- ✓ Bewegung und Entspannung

Jetzt versandkostenfrei  
bestellen:

[www.taschenguide.de](http://www.taschenguide.de)

**Andrea Länger**

Gesund und leistungsfähig im Job

ISBN 978-3-648-12118-4

€ 9,95 [D]



**Die Autorin:**



**Andrea Länger  
Lebenslustagentur**

Georg-Brach-Str. 3

86152 Augsburg

Tel: +49 (0)821 567 04 30



[al@lebenslustagentur.de](mailto:al@lebenslustagentur.de)

[www.lebenslustagentur.de](http://www.lebenslustagentur.de)