

Link do produktu: <https://papirus24.pl/czy-mnie-sie-wydaje-czy-tu-jest-bardzo-goraco-charo-izquierdo-laura-ruiz-de-galarreta-p-10813.html>



## Czy mnie się wydaje, czy tu jest bardzo gorąco? Charo Izquierdo, Laura Ruiz de Galarreta

|                 |                      |
|-----------------|----------------------|
| Cena            | <b>40,14 zł</b>      |
| Cena poprzednia | <b>45,89 zł</b>      |
| Dostępność      | <b>Dostępny</b>      |
| Czas wysyłki    | <b>24 godziny</b>    |
| Kod EAN         | <b>9788366140479</b> |
| Producent       | <b>Marginesy</b>     |

### Opis produktu

Wszystkie wiemy, że kiedyś przyjdzie na nas pora, nie wiemy tylko kiedy. Często boimy się o niej mówić i wolimy cierpieć w milczeniu. Choć żyjemy w nowoczesnych czasach, temat menopauzy pozostaje jednym z największych tematów tabu, a stereotypy z nią związane dalej są głęboko zakorzenione w naszym liberalnym społeczeństwie.

Charo i Laura dwie świetne dziennikarki, obdarzone lekkim stylem wyjaśniają szczegółowo, a zarazem w przystępny sposób, wszystko, co powinnaś wiedzieć o menopauzie: od huśtawek hormonalnych i odpowiedniego leczenia, przez dietę i wysiłek fizyczny, aż po tajniki urody, sposoby na poprawienie sobie humoru i udane współżycie. Chcą, by dzięki tej książce menopauza przestała być słowem wypowiadany szeptem albo w ogóle pomijanym i żeby każdy zrozumiał, iż nic złego się z nami nie dzieje, że nie postarzejemy się w ciągu jednej nocy, że nie jesteśmy histeryczkami, nawet jeśli niektórzy nas o to oskarżają. Chcą też, żebyśmy poznały objawy menopauzy i z czego wynikają, bo tylko w ten sposób można zrozumieć samą siebie i pomóc w tym innym.

Każdą z nas czeka nowe życie. Owszem, czasem może być wyzwaniem, ale za to otworzy przed nami bramy do niepowtarzalnego okresu dojrzałości i bogactwa przeżyć.

Bo podczas menopauzy można cieszyć się życiem bez kompleksów.

Charo Izquierdo dziennikarka, pisarka i bizneswoman. Szefowa Mercedes-Benz Fashion Week i autorka dwóch powieści: Puta no soy i Socorro, soy abuela! La historia de mi nieta, mi hija y la madre que la parió. W 2012 znalazła się na liście 500 najbardziej wpływowych osób w Hiszpanii, opublikowanej przez hiszpański dziennik El Mundo.

EAN:

**9788366140479**

Autor:

**Charo Izquierdo, Laura de Galarreta**

Wydawnictwo:

**Marginesy**



**Księgarnia Szkolna "Papiрус" s. c.**  
ul. Obywatelska 11  
20-092 Lublin  
tel. +48 81 747 69 29  
[www.papiрус24.pl](http://www.papiрус24.pl)

---

Data premiery:

**2019-03-06**

Rok wydania:

**2019**

Oprawa:

**broszurowa**

Format:

**13,8x20,8 cm**

Strony:

**342**