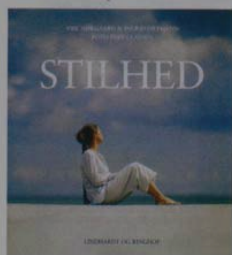


Femina 25 OKTOBER 2007

"Stilhed" af Vibe Nørgaard & Ingrid Ortmann. Kom stressen i forkøbet – dyrk stilheden. "Stilhed" er vejviseren til fredfyldte oaser i by og på land – i det indre og det ydre. Lindhardt & Ringhof, 249 kr.



"Motivation & restitution – skab større overskud i hverdagen" af Arne Nielsson & Henrik Krogh. Den tidobbelte verdensmester i kanoroning Arne Nielsson og en af Danmarks mest anerkendte stressespecialister, Henrik Krogh, giver gode råd. Dvd og cd, 199 kr.

Det feminine duftlys med blandt andet nøkkerose virker beroligende og afstressende på krop og sjæl. Serien hedder White Flowers og er fra Allison til 69,95 kr.

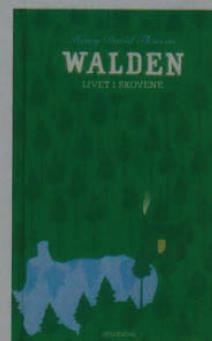


"Stærk, smuk og smidig" af Lotte Arndal. Nu kan du træne derhjemme efter Arndal-metoden. Lotte Arndal ejer Arndal Spa på Hotel D'Angleterre og videregiver i sin nye bog hverdagsøvelser på alle niveauer. People'sPress, 199 kr.



Aromatisk cylinder til massage af håndfladerne, i bomuld og med træknopper. Tag den i hånden, og pres – træknopperne vil stimulere punkter i hånden, som får musklerne til at slappe af, samtidig med at essentielle olier vil virke beroligende på dit sind. Fra Eco-Art til 89 kr.

Den nye duft fra Shiseido er inspireret af den populære japanske livsfilosofi Zen, som skaber energi og glæde. Noterne er klare, friske og meget feminine med aromakologiske ingredienser, der modvirker stress. 50 ml Zen-eau de parfum koster 465 kr.



"Walden – livet i skovene" af Henry David Thoreau. Over 150 år før simple living blev et livsstilsbegreb, boede Henry David Thoreau over to år alene i en hytte i en skov. Læs om hans oplevelser og lad dig inspirere af hans tanker. Gyldendal, 249 kr.



"Alkymi" af Laura Mo. Fra South Dakota til Vendsyssel, fra desperation til håb. Historien om sangerinden Laura Mo rummer det hele. Læn dig tilbage og lyt til hendes spændende univers. ArtPeople, 139 kr.