

Slip latteren fri og opnå en større livsglæde via personlig lattercoaching. Lattercoachen Thomas Flindt indvier dig i latterens fascinerende univers og giver dig praktiske og underholdende råd til, hvordan latteren og glæden kan fylde mere i dit liv.

Når du griner, oplever du en følelse af harmoni, glæde og måske endda lykke. Kom med latteren i kontakt med dit inderste jeg og giv slip på spændinger og stress. I *Lattercoaching - en bog om ægte livsglæde* afslører Thomas Flindt netop latterens altafgørende betydning for psyken og helbredet. Du bliver guidet gennem de tilstande, du befinder dig i, når du griner, og bliver introduceret for emner som: latterkommunikation, latteryoga, nuets kraft og latterens terapeutiske og fysiske effekt.

Lattercoaching er også et effektivt og unikt redskab på arbejdspladsen, hvilket Thomas Flindt har erfaret efter at have gennemført grineforløb med en række danske virksomheder. Latterens magi har bl.a. medført større arbejdsglæde, at stressniveauet er faldet, at kommunikationen mellem medarbejderne er blevet væsentligt forbedret, og at omsætningen sjovt nok er steget markant.

*Lattercoaching - en bog om ægte livsglæde* er en sand ha ha-oplevelse og uundværlig for alle, der ønsker større livsglæde og mere latter i deres liv og på deres arbejdsplads.

Bogen indledes med forord af Jesper Klein.

