

Viszkok Fruzi

TEDD RENDBE AZ ÉLETED!



A környezeted nagyban befolyásolja hangulatodat és hatékonyságodat, a káosz, a szervezetlenség pedig kihat az életed minden területére.

Viszkok Fruzi, a közkedvelt vlogger átfogó önfejlesztő és életvezetési könyvében megmutatja, hogyan tehetsz rendet az otthonodban és a gondolataidban egyaránt. A konyha, a ruhásszekrény rendszerezésével, a feladatok rangsorolásával, a munkamagánélet egyensúlyának megteremtésével végre elegendő időd jut mindenre, és harmóniát teremthetsz a mindennapokban. A hasznos tanácsok és a jól bevált tippek segítenek céljaid elérésében, a felesleges stressztől megszabadulva pedig azt az életet élheted, amire mindig is vágytál.

Többször jártam már Fruzsinál, és mindig lenyűgöz a harmónia, amit az otthona áraszt. A könyvből most mindent megértettem. Számos hasznos tanács, praktikus lista és inspiráló fotó segít, hogy ne csak a környezetünk, de az életünk is rendezett lehessen. Évek óta takarózom azzal, hogy "a zseni átlát a káoszon", de be kell látnom, ez önbecsapás. Olvasás közben azon kaptam magam, hogy kedvem támadt szelektálni, rendszerezni és kidobálni azt, ami felesleges. Fruzi lett az én első számú önszervezés-szakértőm!

(Szabados Ágnes, híradós műsorvezető, szerkesztő-riporter, újságíró,
olvasásnépszerűsítő aktivista)