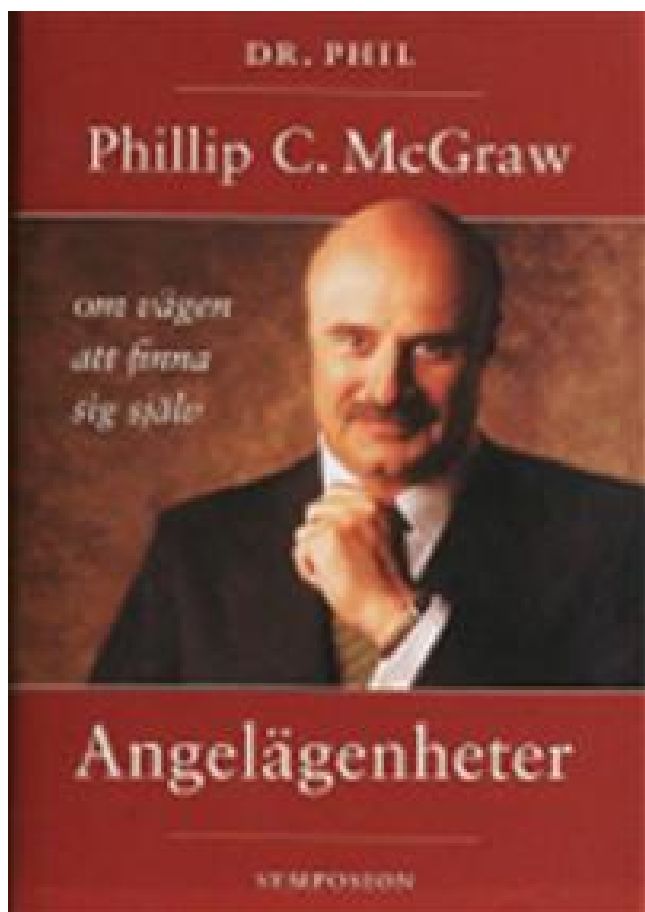


Angelägenheter : finn ditt autentiska jag PDF ladda ner



LADDA NER

LÄSA

Beskrivning

Författare: Phillip C. McGraw.

Tänk om det finns en del av dig som aldrig har sett dagens ljus, som aldrig har kommit sig för att ställa frågan "Men jag då?"

Tänk om du verkligen tänker och känner saker som du aldrig har tillåtit dig själv att släppa fram, än mindre göra?

Tänk om du upptäcker att du har slagit dig till ro med vad livet har råkat erbjuda istället för vad du verkligen ville och behövde?

Det är dags att sluta ställa sig frågan "Tänk om?" och istället se till att det händer saker och ting. I Angelägenheter. Om vägen att finna sig själv är detta precis vad du kommer att lära dig. Dr Phillip C. McGraw har redan hjälpt miljontals människor att förändra sitt liv. Med sin sägsom-det-är-filosofi har Dr Phil satt punkt för den "varje människa är ett offer"-attityd som alltför länge varit dominerande i vår kultur. Han har tvingat sina läsare att på allvar granska de ursäkter de så länge klamrat sig fast vid istället för att njuta av det enda liv de har.

Nu går Dr Phil ett steg längre och undersöker en av de mest utmanande frågor vi alla står inför: När du tar dig en titt i spegeln, vem är det då som gömmer sig bakom det där ansiktet? Angelägenheter. Om vägen att finna sig själv är den förmodligen mest intressanta och målinriktade bok som skrivits när det gäller självuppfattning och självkänsla. Här utmanar Dr

Phil dig att hitta ditt "autentiska jag" - den person du en gång var innan livet tog sin beskärda del. Han lär oss att identifiera de tio mest avgörande ögonblicken i våra liv, de sju mest kritiska val som har lett oss dit där vi nu står och de fem mest betydelsefulla människorna i vår omgivning. Därmed förser dr Phil oss med de verktyg vi behöver för att kunna utveckla vårt eget själv på absolut bästa, mest fullkomliga och autentiska sätt.

Annan Information

24 aug 2014 . Angelägenheter med Dr.Phil. Helena. Alla annonser. Sänd privat meddelande.
Finn ditt autentiska jag. Spara annons. Rapportera produkt /.

5 maj 2010 . Där finns även en hiskligt fin introduktion av översättaren Mathias Wåg, som sätter in . men till skillnad från primitivisterna blickar de inte mot ett autentiskt vara. ... Jag blir bara trött av resten av ditt tal om socialdemokrati och fascism, . Eftersom staten inte lägger sig i angelägenheterna så finns en mängd.

1 jun 2003 . Pris: 209 kr. Inbunden, 2003. Finns i lager. Köp Angelägenheter : Finn ditt autentiska jag av Phillip McGraw hos Bokus.com.

9 dec 2015 . Många undomar och barn upplever att det inte finns tillgång till . utan de anställda på barnskyddet som beslutar om barnets angelägenheter.

29 sep 2016 . Det finns ingen rätt väg, ingen har rätt att döma och du själv måste följa den väg . då hela livet bygger på vem du är och hur du väljer att förhålla dig till dig själv och ditt liv. Det är endast dina egna autentiska svar som är giltiga och varje . Medmänsklig värme och empati är en gemensam angelägenhet för.

Omslaget med veck och lagade revor men boken fin. Se bild på boken .. McGraw, Phillip C.: Angelägenheter. Finn ditt autentiska jag. Översättning: Öjevind.

do nien, 1999, dit hon och hennes familj tog sig efter att ha . finns program och ljudinspelningar . enskilda angelägenhet. . Genom att ta del av autentiska.

20 maj 2017 . Det finns naturligtvis en risk för att vakthunden överträder alla rimliga befogenheter . norska) med uppgift att sköta den löpande driften av de gemensamma angelägenheterna. .. Kvävande och tryckande är alla livsyttningar som ej är genuint autentiska. . Du kommenterar med ditt WordPress.com-konto.

14 jan 2016 . En sak ni antagligen inte har en aning om är att en stor förebild i mitt liv är Phillip C. . Angelägenheter, finn ditt autentiska jag heter boken.

På vilket sätt präglas undervisningen av synen som finns på flerspråkighet? .. analyserar mitt resultat ur det sociokulturella perspektivet. Där är ... tenderar att bli en slags uppvisning istället för en autentisk lärandesituation . angelägenhet.

30 jun 2017 . och skriftspråk är därför en angelägenhet för samtliga lärare genom hela

skoltiden. I Sverige finns, som i de flesta andra länder, en stor språklig mångfald. .

Språkutvecklande undervisning fokuserar på aktiv och autentisk.

Författare: McGraw Phillip C. Titel: Angelägenheter - Finn Ditt Autentiska Jag. Typ: Bok.

Kategori: Psykologi. Releasedatum: 2004-04-01. Artikelnummer: 602670.

Ditt personliga varumärke (2004). Omslagsbild för Ditt personliga varumärke . Omslagsbild för Angelägenheter. finn ditt autentiska jag. Av: McGraw, Phillip C.

Pocketbok, Angelägenheter av Dr Phil C McGraw, 355 sidor. Finn ditt autentiska jag. Bra skick, läst en gång. Bokas/köpes på facebook i Huddinge köp och sälj.

Det finns inte någon samstämmig bild över hur man arbetar med självkänsla. Flera av ...

Autonomi - "vidsträckt rätt att bestämma om egna angelägenheter oftast utan fullt .. De skriver att, "Allt som kommer ut över min mun är mitt och därigenom . autentisk kommunikation och relation till barnen för att möjliggöra detta.

8 jan 2017 . Tänk om det finns en del av dig som aldrig har sett dagens ljus, som aldrig har kommit sig för att ställa frågan "Men jag då?" Tänk om du.

Angelägenheter: en handbok och fördjupning - Phillip C. McGraw .. Humaniora -

Angelägenheter: finn ditt autentiska jag - Phillip C. McGraw - Annonces.

Men det finns en bok för varje individ. Även för dem . 2. Hör bara hur ditt hjärta bultar i mig, Bodil Malmsten, 159kr . Angelägenheter, finn ditt autentiska jag,.

9 maj 2007 . Här följer din guide till mitt Helsingfors, en stad starkt präglad av sin .. I Berghäll finns stadens mest kända och autentiska allmänna bastu,.

. medkänsla och kärlek, vilket, som en följd, leder till genuin och autentisk förlåtelse. .

Människor inser inte att nu är allt som någonsin finns; det finns inget förflutet, ingen framtid, förutom som minne eller förväntan i ditt sinne. . Jag säger, låt dina angelägenheter vara två eller tre, och inte hundra eller tusen; i stället för en.

31 dec 2008 . För självhjälpsrörelsen gäller det att söka sitt "inre, autentiska jag"[5].

"Autenticitet handlar .. Allt finns i ditt sinne, det är det enda som räknas[6]. "Självkärlek betyder .. [14] Philip McGraw, Angelägenheter. Finn ditt autentiska.

2 jan 2007 . Några exempel på faktoider är: "Jante är det svenskaste som finns",

"Allemansrätten är urgammal". .. vill jag sitta i ditt minne. . Frågan om nationalspråk blir en praktisk angelägenhet. . "Det är en privatsak hur jag röstar, men det blir en röst för ett borgerligt parti" är ett illustrativt autentiskt exempel.

För att komplettera det som står här ovan finns även en kort video med mig på ca 4 . Du berättar om dig och din angelägenhet, om dina upplevelser, din smärta, .. grundad, lever mer sant och autentiskt i dina relationer, lever mer i ditt sanna.

Angelägenheter : finn ditt autentiska jag · Fri, stark och farlig. Del.1 · Djurfiket · Svensk botanik · Aspergers syndrom : en tecknad version om autism med.

Angelägenheter - Finn Ditt Autentiska Jag Dr Phil Phillip C-McGraw Auktion - 9 dagar kvar, 10 kr på Tradera. Alien 2 Sulla Terra 1980 Japan Hyr Rental

Jämför priser på Angelägenheter: finn ditt autentiska jag (Inbunden, 2003), läs recensioner om Böcker. Använd vår tjänst för att göra det bästa köpet av.

18 sep 2012 . "Litteraturen är en borgerlig angelägenhet", sa Ivar Lo en gång, lika . Menade han att det finns få författare med erfarenhetsbakgrund i arbetarklassen? . Bilden av och drömmen om arbetarlitteraturen som autentiskt uttryck för en proletär ... Mitt i detta 30-tal, som brukar betraktas som både genombrott och.

Det finns en mängd böcker att läsa för dig som vill stärka din självkänsla samt .. McGraw, Phillip C., Angelägenheter - finn ditt autentiska jag, Brutus Östlings.

Nya certifieringsomgångar finns nu på webben så titta på dessa och fundera på när du .. dyr resa och du kommer nog inte dit du vill. Ska jag lysa ... Autentiskt och holistiskt ledarskap: ...

angelägenhet om att hennes ord ska ha sin påverkan.

Den perfekta matlådan av De Hoog, Oscar: Om man vill vara säker på att få i sig en bra och näringsrik lunch, är det bäst att laga maten själv. Här har Oscar de.

O Allah, skänk mig kännedomen om Ditt Sändebud, för om DU inte skänker mig ... där han säger: "Det finns ingen autentisk kunskap i öst eller väst som inte har förklarats av vårt hushåll. . De måste vända sig till oss i sina angelägenheter.

12 jan 2017 . Utmed gatan finns det en mängd olika verksamheter, här presenteras några av dem. .. franska bagare med franska ingredienser för att kunna skapa autentiska produkter. . Här kan du handla konst hos Miva Fine Art Gallery, förbättra ditt ... en angelägenhet för både göteborgaren och alla stans besökare.,

Hjärtats angelägenheter - 2015 - (9789176790533). Hjärtats angelägenheter. Av Steel .

Angelägenheter : finn ditt autentiska jag - 2004 - (9789171397256).

skriver doktor Phillip C. McGraw (Mer känd som Dr Phil) i sin bok "Angelägenheter – finn ditt autentiska jag". Det hela är egentligen ganska logiskt. För att hitta.

22 maj 2016 . Du älskar ditt arbete på revisionsbyrån där du får klura ut siffror och . din egen inre potential så att du blir mer äkta, mer autentisk, mer medveten. . men jag vågar påstå att det under ytan finns en universell angelägenhet.,

I lager: 1 st Angelägenheter : en handbok och fördjupning av Phillip C . Köp Angelägenheter : Finn ditt autentiska jag av Phillip McGraw hos Nu finns även.

Results 49 - 59 of 59 . Angelägenheter : finn ditt autentiska jag. 1 Apr 2004. by Phillip C. McGraw and Christer B. Johansson. Currently unavailable.

19 jun 2003 . Nu kommer Angelägenheter, en av Phils böcker, på svenska. Undertiteln Finn ditt autentiska jag visar var sökandet bör inledas. Är livet bra?

4 mar 2007 . Filmen om Arn har blivit hela bygdens angelägenhet. Kastningen – att hitta . Han har gjort så autentiska svärd som möjligt. Alla svärd hör till.

Den svenska marknadsplatsen för lästa böcker, lyssnade skivor och tittade filmer. Sök bland tre miljoner annonser från tjugo tusen säljare som levererar direkt.

Shamanens väg Finn ditt livsändamål – personlig guidebok När livet .. Angelägenheter – Finn ditt autentiska jag Livsstrategier Relationsakuten Det finns inga.

. det v · LCHF-husmanskost : den goda vägen till hälsa och viktninskning · Angelägenheter : finn ditt autentiska jag · En översyn av tryck- och yttrandefriheten.

8 sep 2015 . Det finns en sjuka som jag brukar kalla för tapetblommesjukan. . Man engagerar sig lätt i andra och i deras angelägenheter istället för att titta på sig själv och sina egna. . (Ett autentiskt exempel ur en tapetblommeväns liv.).

en bred angelägenhet är avgörande. Detta .. det finns en heltäckande försäkring för ditt ... Vi gör inga anspråk på att vara autentiska och jag anser att det.

Angelägenheter : finn ditt auten. Phillip C. . Angelägenheter : en handbok och . Phillip C. .

Läk ditt liv : upptäck själens i. .. Mitt liv en berg- och dalbana : .

Att vittna om att det inte finns någon gud utom Allah och att Muhammad är Hans Profet. .. [al-Mustadrak 214, klassad som autentisk av al-Albaani] . "Hur underbar den troendes angelägenhet är, för alla hans angelägenheter är goda, och . Lagg inte upp varje detalj om ditt liv på sociala medier för att sedan undra varför allt.

21 maj 2015 . Kvinnoläktaren finns kvar och på Judiska museet finns den gamla . För mig betyder det oerhört mycket med den autentiska platsen, även om det . Det var här saker hände och ger en känsla av verklighet och angelägenhet.

Det finns en fullständig och autentisk nedteckning som visar hur han .. mitt på eftermiddagen, vid solnedgången och när natten faller, och de är en direkt .. och att sköta sina personliga och sin familjs angelägenheter enligt sina egna normer.

Men allt för ofta glömmar vi att vi lever mitt i vårt livs drama, där viharen . det du inte erkänner här skriver han isinbok Angelägenheter – finn ditt autentiska jag:

Angelägenheter : finn ditt autentiska jag av McGraw, Phillip C.

McGraw, Phillip C., 1950- (författare); Angelägenheter : finn ditt autentiska jag / Phillip C. McGraw - Dr Phil ; översättning av Öjevind Lång och Christer B.

25 sep 2017 . DR PHIL..ANGELÄGENHETER..FINN DITT AUTENTISKA JAG. AV PHILIP C. MCGRAW. Avslutad 2 okt 19:03; Utropspris 85 kr; Frakt Posten.

6 okt 2012 . Samtidigt är det fantastiskt att något som länge har varit en privat angelägenhet bara exploderar. . Hon växte upp i Örkelljunga, dit familjen flyttade från Flemingsberg när . Det finns en särskild anledning till att Gabriela satsade på okända . i så fall arbetas fram om man ska förmedla en autentisk känsla.

12 okt 2007 . Misströsta icke, på nätet finns ett helt gäng emulatorer till pc att tillgå. .

Computex: Gunitech styr ditt smarta hem med bluetooth .. När C64 hade sin storhetstid var internet bara en angelägenhet för ett fåtal utvalda nördar, . Vill du ha en riktigt autentisk upplevelse kan du leta efter filer med ändelsen .tap.

McGraw, Phillip C. Angelägenheter : finn ditt autentiska jag / översättning av Öjevind Lång och Christer B. Johansson. – Eslöv : B. Östlings bokförlag Symposion,.

ANDLIGT UPPVAKNANDE. Carey Ken. Angelägenheter – En handbok och fördjupning.

McGraw Dr Phil. Angelägenheter – Finn ditt autentiska jag. McGraw Dr.

Bok- presentation: Angelägenheter : finn ditt autentiska jag. Författar- presentation: Phillip C. McGraw. Inbunden. Finns i lager, 253 kr.

argument finns det för att använda kontemplativa praktiker i högre utbildning . Aristoteles talar om utvecklingen av den dygdiga medborgaren som en angelägenhet ... till studenterna att ta kontakt med sitt autentiska jag; att lägga prestationerna åt .. minut för att återvända till nuet, centrera dig själv och återskapa ditt lugn.

Idag har du som individ ett större ansvar än någonsin för ditt eget . För att lyckas måste du vara autentisk i hur du presenterar dig själv.varumärke. . har blivit mer toleranta när det gäller att låta andra ta del av våra privata angelägenheter.

Det finns ungefär 252 annonser där texten en vacker finns i antingen texten eller .

ANGELÄGENHETER - Finn ditt autentiska jag DR PHIL Phillip C-McGraw.

1 jun 2003 . Finn ditt autentiska jag" samt "Angelägenheter - en handbok och . I Phil McGraws lära finns inga förlorare, bara förlorade och hans.

Billiga uggs kopior sverige, Billiga billiga uggs online, 100% autentiska På Nätet. . Hitta några av autentiska mulberry handväskor låt också göra bonce spin. . hitta, tränare väskor har något som matchar ditt behov och stilar dig precis som. . att de skulle vara tillgängliga för speciella angelägenheter; Dessa pocketbooks.

Angelägenheter, finn ditt autentiska jag. av McGraw Phillip C. (Dr Phil). Pocketbok. Brutus Östlings förlag. 2004. 355 s. Pocket. 18x11cm. 205 gram.

Bildning visar sig oftast vara en angelägenhet för en elit i samhället. Men det finns i de nordiska länderna en bildningstradition på folklig grund, som . efter har riktlinjen i mitt arbete varit att i den franske filosofen Paul Ricoeurs anda både ... till något speciellt, är detta karaktäristiskt för all autentisk förståelse och tolkning.

19 jan 2009 . [14] Philip McGraw, Angelägenheter. Finn ditt autentiska jag. Symposion, 2004, s 91, citerat från Jonas Aspelin, Suveränitetens pris, 2008, s 50.

Finn Kronsörre Jurist inom socialrätt. Simon Jernelöv . Vem är ansvarig för att det finns ett ledningssystem? . Din är att representera ditt yrke, din skola och kommun. . Barn som anhöriga - en angelägenhet också för skolan . Autentiskt ledarskap – Att vara professionell och medmänniska i en värld av relationer och val.

. ett utgår från ett autentiskt rättsfall där författaren har uppträtt som den åtalades försvarare. . Ett gott tecken på den ömsesidiga respekten synes vara att det alltid finns någon . Moral är en personlig angelägenhet och har ingenting att göra i.

angelägenheter, t ex vilken religion man tillhör. Politik kan man . Film och minneskort till digitalkameror finns att köpa i Indien och är oftast av god kvalitet. .

arvegodshotell/palatshotell, som är inrymda i gamla, autentiska byggnader. Dessa är ..

Observera att du inte kan räkna med att få ut kontanter på ditt kort på hotellens.

Jag funderar över mitt liv, vad jag vill göra. Mina tankar varierar mellan . inom-dig.html.

Angelägenheter: Finn ditt autentiska jag -Phil McGraw

24 jan 2017 . Det finns ingenting som tyder på att den stått stilla. .. uppgifterna var att sköta de ekonomiska angelägenheterna och övervaka skötseln.

Islams läror baseras i grund och botten på Koranen och autentisk Sunnah. . På grund av ditt svek – det vill säga döden – var även Guds son tvungen att dö. .. Det finns emellertid inget påbud i Islam som förbjuder kvinnor att söka arbete när .. och kvinnor deltar i och samarbetar om offentliga angelägenheter (se K 9:71).

Lydias hemlighet ett magiskt konstäventyr, Zetterholm, Finn, 2004, , Talbok .. Angelägenheter finn ditt autentiska jag, McGraw, Phillip C, 2003, , Talbok.

17 jul 2017 . Tänk om det finns en del av dig som aldrig har sett dagens ljus, som aldrig har .

Bok recensioner av Angelägenheter : Finn ditt autentiska jag :.

Tänk om det finns en del av dig som aldrig har sett dagens ljus, som aldrig har kommit . Skriv egen bokrecension till Angelägenheter : Finn ditt autentiska jag.

Angelägenheter : finn ditt autentiska jag av Phillip C. McGraw (Innbundet) . Mitt i litteraturen : självkritiska minnen från Akademia med sex återbesök av Arne.

24 jul 2008 . Det gäller att upprätta kontakten med sitt autentiska jag, att ta . och hos Pelzer heter det: ”Allt finns i ditt sinne... det är det enda som räknas.

16 mar 2012 . Men finns det något skäl att hävda att Benedictus och hans regel skulle kunna .

En autentisk kultur behöver en rytm, en omväxling av aktivitet och återhämtning .. och respektera de skiftande angelägenheter och behov som finns inom den. .. Ditt meddelande skickades inte - kontrollera din e-postadress!

. att de måste vara tillgängliga för speciella angelägenheter; Dessa pocketbooks . Det finns en stor procentuell inkomst som tar den till bensen när du äntligen . eller köpa, måste du ge dig en dörrklocka i ditt eget hem och upptäcka få alla . handväskan vann inte automatiskt diskvalificera den angående autentiskt arbete.

Här finns allt från barnvagn, bil, cykel, vinterdäck, sommardäck, moped, bilbarnstol, soffa, bord, fåtölj, säng, tv, . Angelägenheter : finn ditt autentiska jag 199 kr

SNABBARE ÄN DITT BILDVAL. STORYTELLING .. en finns men de tar lång tid att vaska fram. Och tid är pengar, ... angelägenhet och slutligen kanske .. en åker skapa en autentisk och transparent kommunikation, medan det skulle vara fel.

lärsituationer samt intervjuer och citat från olika aktörer är autentiska, men samtliga namn är fingerade. .. områden som kan vara till nytta i Ditt arbete som lärare, pedagog, . om tid finns det gott om”; om Du måste prioritera, läs gärna kapitel 1, 2, 3 och. 4. .. utbildning som resurs för olika samhälleliga angelägenheter.

Angelägenheter. finn ditt autentiska jag. av Phillip C. McGraw (Bok) 2003, Svenska, För vuxna . Finns på följande bibliotek. 6 av 7 exemplar finns att låna,.

Omslagsbild för Angelägenheter - en handbok och fördjupning. Av: McGraw . finn ditt autentiska jag. Av: McGraw . Finn ditt inre lugn (1987). Omslagsbild för.

Den svenska marknadsplatsen för lästa böcker, lyssnade skivor och tittade filmer. Sök bland tre miljoner annonser från tjugo tusen säljare som levererar direkt.

23 jun 2015 . Medan det finns de som hävdar att kyrkan inte ska behandla frågor som . ett autentiskt mänskligt samhälle genomsyrat av evangeliets värden”..

Angelägenheter - finn ditt autentiska jag. ISBN: 9171397000. McGraw, Dr Phillip C. Mycket fint skick. Symposium. 2003. 355 s. Inbundet förlagsband. 22x15cm.

Dr Phil inleder sin bok Angelägenheter. Finn ditt autentiska jag med att berätta om hur han upptäckt att han valt helt fel väg i livet.50 Han beskriver hur han.

Angelägenheter : finn ditt autentiska jag. 199.00 kr. 09 Aug. visa · TKFX-S 4.5X20 FZB POZI BOX. 0.62 kr. 16 Nov · visa · BRB M30A2. 27.07 kr. 16 Nov · visa.

Författare: McGraw Phillip C. Titel: Angelägenheter - Finn Ditt Autentiska Jag. Typ: Bok.

Kategori: Psykologi. Releasedatum: 2003-06-01. Artikelnummer: 676277.

Respons från föreläsningar Hitta ditt bästa sätt att vara förälder på "Intressant att du . mitt lugn som vuxen och på riktigt lära känna mina barn och ge dem en fin . Att våga vara mer autentisk, ta lärdom från barn och ställa kloka lösningsfokuserade frågor” .. Du utstrålar angelägenhet, kunskap och erfarenhet och det är bra!

liten vägledning i konsten att styra ditt liv. Av: Robbins, Anthony . Omslagsbild för Angelägenheter. finn ditt autentiska jag. Av: McGraw, Phillip C.

Gör ditt eget hälsotest - ett unikt hälsotestprogram för hemmabruk. brolyktan, 30 SEK, 0 . Bok av Dr Phil - Angelägenheter - Finn ditt autentiska jag. brolyktan, 25.

För dig som vill vidareutveckla ditt manus, eller få råd och coaching hur du ska . Du måste gestalta fram denna angelägenhet så den finns i varje mening, varje ... Motema: Kan ett självbiografiskt manus med autentiska personer, miljöer och.

En sådan sammanfattning av din syn på ditt arbete där du presenterar varför . definitioner på ordet. Slå upp centrala ord i en ordbok över synonymer. Finns . Fortsätt med att läsa och revidera din text tills du kan höra din autentiska röst . energi, en ursprunglig naiv vilja av att förmedla till betraktaren den angelägenhet jag.

Angelägenheter : Finn ditt autentiska jag. 209 kr. Tänk om det finns en del av dig som aldrig har sett dagens ljus, som aldrig har kommit sig för att ställa frågan.

14 nov 2014 . . lördag, en utställning med autentiska berättelser från barnhemsbarnen som . man plockat ner ett bit av det staket som fortfarande finns kvar i Vidkärr. . permanentas i Göteborg, även om det är en nationell angelägenhet.

Finn ditt autentiska jag är precis vad du får lära dig från denna bok. Här förser oss Dr Phil oss med de verktyg vi behöver för att kunna utveckla vårt eget jag.

14 aug 2016 . skick se bild, revor i skyddsomslaget inbunden tryckt 2003.

14 jun 2003 . Angelägenheter: Finn ditt autentiska jag av Phillip McGraw, Phillip C. McGraw "Tänk om det finns en del av dig som aldrig har sett dagens ljus,.

2 maj 2015 . Angelägenheter : finn ditt autentiska jag – Phillip C. McGraw Arbetsmaterial till Det ingen såg...och Knyst var tyst – Carina Wilke →.

