

5 jaar ouder, 10 jaar jonger



Auteur:	Pieter Frijters
Bladzijden:	192 pp.
Genre:	Algemeen
Verschenen:	02-11-2016
ISBN:	9789089758415
Taal:	Nederlands
Uitgever:	Just Publishers

[5 jaar ouder, 10 jaar jonger.pdf](#)

[5 jaar ouder, 10 jaar jonger.epub](#)

Pieter Frijters De geheimen voor een spannender, creatiever, energieker en lustiger leven 5 jaar ouder, 10 jaar jonger is een gids voor iedereen die het leven niet door een getal wil laten beheersen. En op zoek is naar een overvloedig, energieker, spannender en lustiger leven! Het is een leidraad voor iedereen die wil ontsnappen aan de waan die leeftijd heet.

'Langzamer' en 'minder' voeren niet langer de boventoon. Bestsellerauteur Pieter Frijters is een fenomeen in de wereld van managementtrainers: bevolgen, radicaal en met een 'no nonsens' aanpak. In zijn nieuwste boek opent hij de deur naar een nieuwe realiteit waar leeftijd slechts een nummer is. Waar niet langzamer en minder de boventoon voeren, maar sneller en meer, energieker, spannender en lustiger de dienst uitmaken. De auteur windt er geen doekjes om. Tijd bestaat niet. Ouderdom ook niet. Hooguit in onze mind. En dat heeft erbarmelijke gevolgen. Mensen stoppen met groots dromen, met lef, met LEVEN, soms al voor hun vijftigste levensjaar. Dat kan anders! 5 jaar ouder, 10 jaar jonger confronteert, daagt uit en sleurt de lezer uit zijn comfortzone. Zoals we van hem gewend zijn, gaat Frijters door waar anderen stoppen en maakt mogelijk wat eerder onmogelijk leek: je kunt werkelijk 5 jaar ouder en tegelijkertijd 10 jaar jonger worden. Het is voor iedereen weggelegd. Het resultaat is een absolute eye-opener die bewijst dat leeftijd slechts een getal is. Een

verfrissende openbaring waarmee iedereen die het leven lief heeft uit de voeten kan. Met verbijsterende ontdekkingen, inspirerende voorbeelden, handige aanwijzingen, tips en oefeningen. Pieter J.G. Frijters is een succesvol toptrainer, geeft talloze workshops en ontwikkelde drukbezochte websites. Zijn boeken Van fobie naar vrijheid (2000) en Meester over je eigen gedachten (2009) behaalden talloze drukken.