



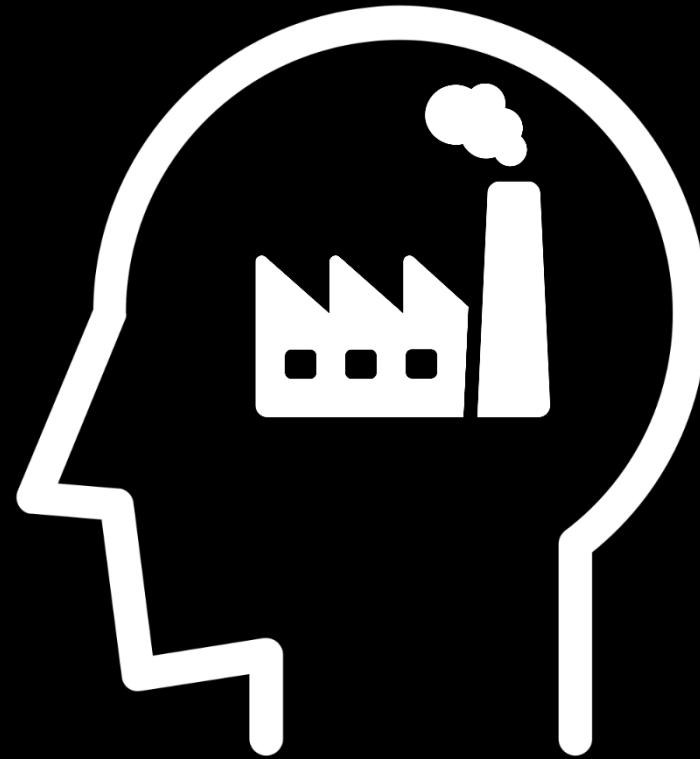
Ta makten över din stress

Andreas Piirimets

Tandhygienistdagarna
2026

Kontrollcentret Amygdala

Fabriksarbetarna



Kortisolkompaniet

Herr Hippocampus

Fru Dopamin

KONFLIKTER

SMÄRTA

ORO

UPPGIFTER

PENGAR

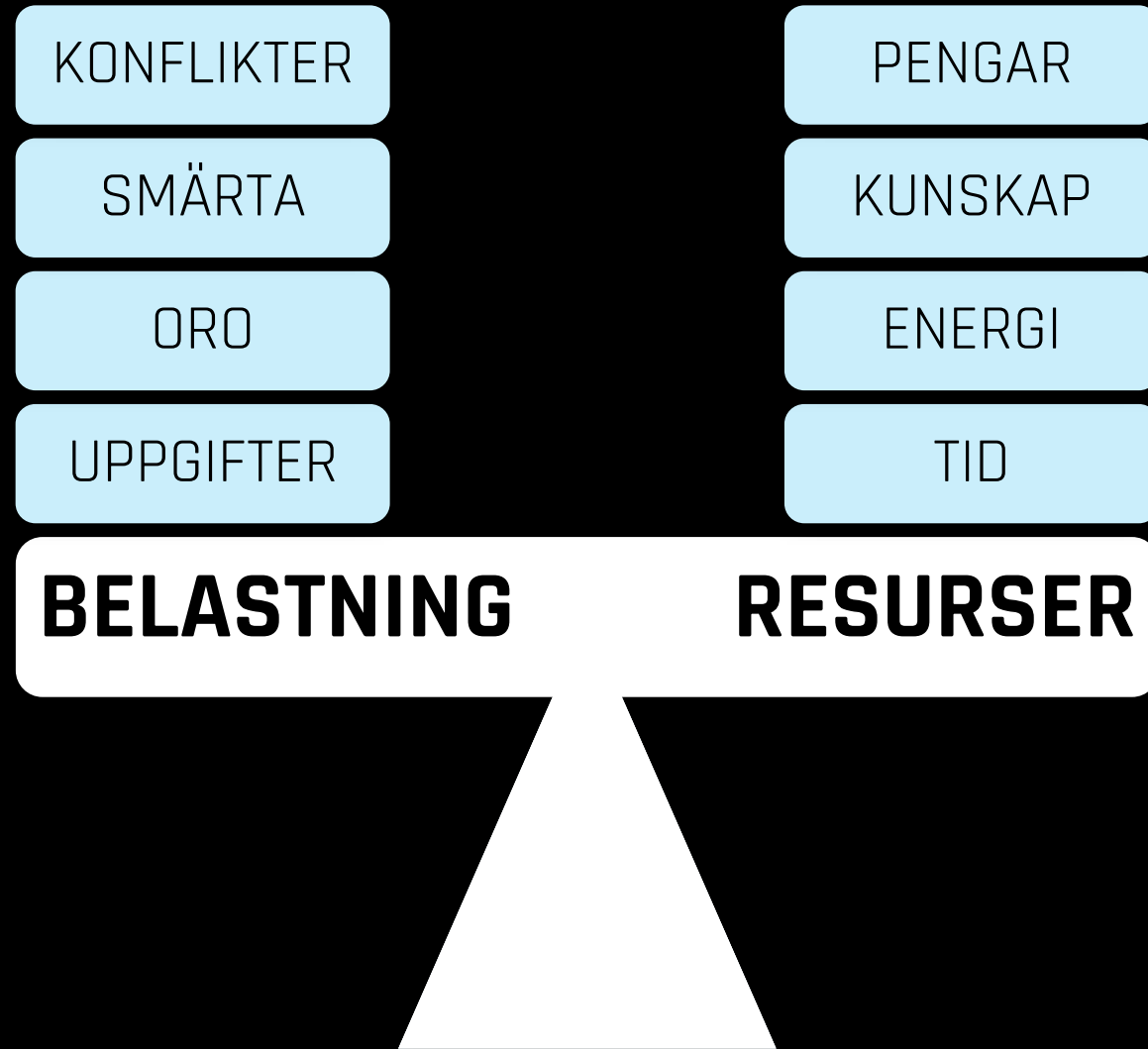
KUNSKAP

ENERGI

TID

BELASTNING

RESURSER



Självkänsla

Självförtroende

Idag har jag varit:

Trevlig

Noggrann

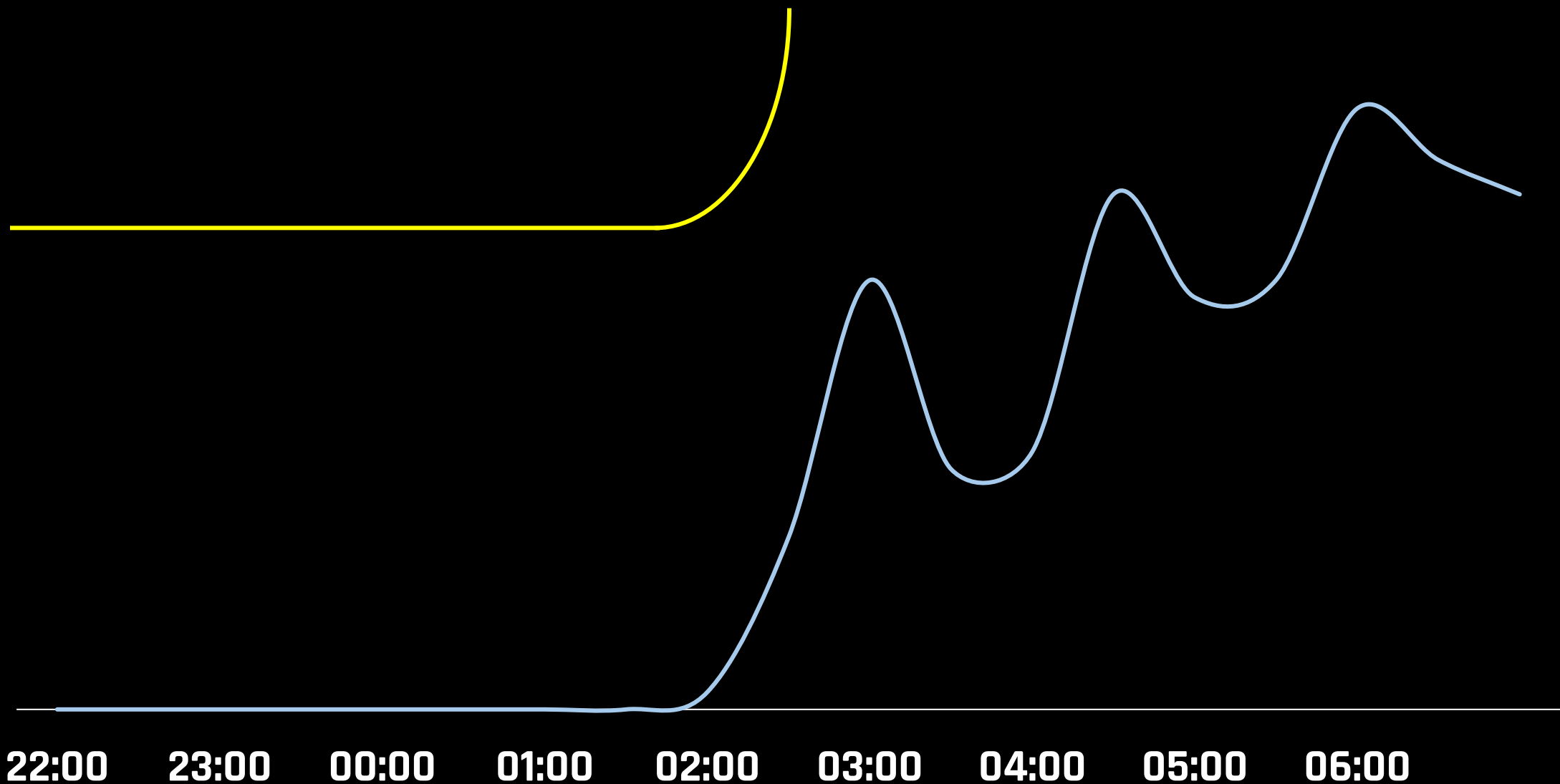
Hjälpsam



"Jag har ett sjukt roligt jobb!"

"Det är ju inte så att jag mår dåligt."







AndreasPiirimets.se/Tandhygienistdagarna

Mer läsning

Finns på Bokus, Adlibris, m.m.

Ljudbok på Storytel m.m.

