

Find Your Focus Zone By Lucy Jo Palladino

If you ally need such a referred **Find Your Focus Zone By Lucy Jo Palladino** books that will give you worth, acquire the no question best seller from us currently from several preferred authors. If you desire to funny books, lots of novels, tale, jokes, and more fictions collections are along with launched, from best seller to one of the most current released.

You may not be perplexed to enjoy all books collections Find Your Focus Zone By Lucy Jo Palladino that we will entirely offer. It is not on the subject of the costs. Its roughly what you dependence currently. This Find Your Focus Zone By Lucy Jo Palladino, as one of the most functioning sellers here will agreed be along with the best options to review.

Lockwood en Co Jonathan Stroud 2016-02-03 Overdag is er niets aan de hand. 's Nachts komen kwade geesten tevoorschijn... Het kleinste, meest ongeorganiseerde, maar zonder twijfel allerbeste bureau dat op geesten jaagt is Lockwood & Co. Medewerkers: de charismatische eigenaar Anthony Lockwood, boekenwurm George Cubbins en nieuwkomer Lucy Carlyle De drie staan voor hun moeilijkste klus tot nu toe. Het beruchte landgoed Combe Carey Hall moet geestvrij worden gemaakt. Geen van de vorige geestenjagers is ooit teruggekeerd. Anthony, Lucy en George moeten al hun talenten inzetten om te strijden tegen de geest van de Schreeuwende Wenteltrap en... om in leven te blijven. Jonathan Stroud is een Engelse schrijver. Al van jongs af aan is hij gefascineerd door fantasy-verhalen. Jonathan Stroud is getrouwd en heeft twee kinderen. 'Eeuwenoud kwaad, onopgeloste moorden, machtige geesten en sinistere stervelingen - een verhaal waarvoor je lang opblijft... Met het licht aan! Zet maar op je need-to-read-lijst.' Rick Riordan, auteur van de Percy Jackson-boeken 'Dit is het soort boek waar je in één klap verliefd op wordt.' Bookwitch 'Spannend en met humor geschreven.' Beth Johnson, boekhandel Van Rossum

Parenting in the Age of Attention Snatchers Lucy Jo Palladino 2015-04-28 Are your kids unable to step away from the screens? Here is a practical, step-by-step guide that gives parents the tools to teach children, from toddlers to teens, how to gain control of their technology use. As children spend more of their time on tablets and smartphones, using apps specially engineered to capture their attention, parents are concerned about the effects of so much technology use--and feel powerless to intervene. They want their kids to be competent and competitive in their use of technology, but they also want to prevent the attention problems that can develop from overuse. Lucy Jo Palladino shows that the key is to help kids build awareness and control over their own attention, and in this guide she gives parents the tools to do exactly that, in seven straightforward, evidence-based steps. Parents will learn the best practices to guide children to understand and control their attention—and to recognize and resist when their attention is being "snatched." This approach can be modified for kids of all ages. Parents will also learn the critical difference between voluntary and involuntary attention, new findings about brain development, and what puts children at risk for attention disorders.

Zo heb ik ook jou liefgehad Ron Hall 2018-06-06 Dit ongelooflijke, waargebeurde verhaal geeft een ontroerend inkijkje in het hart van een dappere vrouw- en in het vaderhart van God. Deborah krijgt een droom met een bijzondere opdracht. Hij lijkt onmogelijk en onwaarschijnlijk - maar Deobrah doet er alles aan om hem te verwezenlijk. Als ook Deborah's man overtuigd raakt, beginnen er prachtige dingen te gebeuren. Maar dan wordt Deborah ernstig ziek. Wat zal er van haar droom terechtkomen?

Club Mars Rachel Kushner 2018-05-15 In 'Club Mars' van Rachel Kushner is de 29-jarige Romy Hall onlangs veroordeeld tot tweemaal levenslang plus zes jaar. Ze slijt haar dagen in een maximaal beveiligde vrouwengevangenis in Noord-Californië. Buiten is het San Francisco van haar jeugd en Club Mars, de strijclub waar ze ooit danste voor de kost. En haar zevenjarige zontje Jackson. Binnen is de nieuwe, absurde realiteit: duizenden vrouwen die hun levensbehoeften bij elkaar proberen te scharrelen, dagelijks geweld door zowel bewakers als gevangenen. Romy ziet de toekomst voor zich uitstrekken in een lange, onverbiddelijk rechte lijn. Totdat ze uit haar sleur wordt gerukt door nieuws vanbuiten, en haar lot naar eigen hand moet proberen te zetten. Een hartverscheurend en onvergetelijk boek, aldus Publishers Weekly.

De macht van nietsdoen Jenny Odell 2020-05-12 Met 'De macht van nietsdoen. Een radicaal verzet tegen de aandachtseconomie' schreef Jenny Odell een krachtige kritiek op de kapitalistische krachten die om onze aandacht strijden. Niets is vandaag de dag moeilijker dan nietsdoen. Maar in een wereld waarin we er alleen maar toe doen als we 24/7 'aan' staan, is nietsdoen misschien wel de belangrijkste vorm van verzet. Jenny Odell schreef een kritiek op de kapitalistische krachten die om onze aandacht strijden. We gaan anders denken over productiviteit, krijgen opnieuw verbinding met onze omgeving en ontdekken weer betekenisvolle vormen van geluk en echte aandacht.

Digitaal minimalisme Cal Newport 2019-02-22 Aandachtsexpert Cal Newport legt in 'Digitaal minimalisme' uit hoe je doelbewust kan omgaan met digitale overvloed. Steeds meer mensen maken zich zorgen over de invloed van de computer en met name de smartphone op onze concentratie, sociale relaties en tevredenheid. Op z'n minst zien we dat ze ons enorm veel tijd kosten – tijd die niet aan andere zaken kan worden besteed. In dit boek biedt Newport je een eenvoudige en praktische methode om je tijd online radicaal terug te brengen door je alleen nog te richten op een selecte hoeveelheid activiteiten en doelen. Niet minderen, laat staan stoppen, maar de technologie zeer doelbewust gebruiken. Newport doet dit vanuit de overtuiging dat e-mail, sociale media en andere online tools zinvolle hulpmiddelen zijn. Deze hulpmiddelen mogen ons gedrag en onze dagindeling echter niet gaan beheersen.

Body & Soul 2009-07

Boomerang Michael Lewis 2012-03-08 Lewis wil de ziel blootleggen van de financiële crisis en gaat op reis. Hij spreekt met IJslandse vissers die naïef en zonder opleiding bankier werden (en nu weer visser zijn); hij praat met de Griekse premier over de onuitroeibare neiging om te frauderen en te sjoemelen; en hij leert in Ierland waarom de doorgaans pessimistische Ieren vanaf 2000 enthousiast huizen gingen bouwen zonder zich af te vragen wie die huizen moest gaan kopen. Terug in Amerika beschrijft hij een hilarische en surreële fietstocht met Arnold Schwarzenegger, die in hoog tempo over zijn schouder uitlegt waarom hij de staat Californië met zo'n grote schuld moest achterlaten. Net als Geert Mak maakt Lewis in persoonlijke verhalen de grote lijnen van de (recente) geschiedenis zichtbaar.

Wat spook jij uit? Sophie Kinsella 2009-10-15 Ben jij bang voor geesten? Van de bestsellerauteur van Shopaholic! Lara Lington heeft altijd al een grote fantasie gehad. Maar nu gelooft ze dat ze echt gek aan het worden is. Normale jonge vrouwen kunnen toch geen geesten zien? Onlangs is Lara's oudtante Sadie overleden en die heeft het voor elkaar gekregen om met Lara in contact te treden & in de vorm van een brutaal, veeleisend meisje dat van dansen houdt. Zij kan niet rusten voordat haar laatste verzoek is ingewilligd. Lara moet voor Sadie een zoekgeraakte ketting opsporen. Alsof Lara zelf al niet genoeg problemen heeft. Haar nieuwe bedrijfje is bijna failliet, haar zakenpartner is er vandoor, en haar ex heeft een ander. Gelukkig wordt het leven met de sprankelende Sadie een stuk spannender. Hun schattenjacht zorgt voor glamour, intrige en ouderwets warme romantiek.

Het glazen kasteel Jeannette Walls 2013-12-15 Ik zat in een taxi toen ik mijn moeder zag die in een vuilnisbak stond te graaien.' In Het glazen kasteel beschrijft Jeannette Walls haar jeugd als oudste van de vier kinderen in een gezin dat zonder vaste woonplaats en in absolute armoede leeft. Hoe ze als driejarige knakworstjes stond op te warmen en zich vreselijk verbrandde, hoe haar vader telkens weer ontslagen werd. Hoe er nooit een einde kwam aan hun

financiële zorgen. De ingevingen van haar volstrekt onverantwoorde ouders waren altijd leuk en spannend. Haar liefde voor hen was groot ? ook al stelden ze haar keer op keer teleur.

Laat de wereld achter Rumaan Alam 2021-04-16 In de claustrofobische roman *Laat de wereld achter* van Rumaan Alam wordt een familievakantie ruw verstoord als de eigenaren van de vakantiewoning ineens in paniek op de stoep staan. In *Laat de wereld achter* van Rumaan Alam gaan Amanda en Clay op vakantie naar een afgelegen woning op Long Island. Ze willen tot rust komen van hun drukke New Yorkse leven, qualitytime met hun tienerkinderen doorbrengen en proeven van het goede leven in dit luxe vakantiehuis. Maar hun idylle wordt op een late avond wreed verstoord. Ruth en G.H., het oudere stel van wie Amanda en Clay het huis hadden gehuurd, keren in paniek terug uit Manhattan. Er was een black-out. En nu is dit landelijke gebied opeens ook verstoken van televisie, internet en mobiel bereik. De twee gezinnen zijn op elkaar aangewezen. In de relatief kleine ruimte van het huis ontdekt ieder zijn ware aard in onzekere tijden. *Laat de wereld achter* is op de huid van de tijd geschreven en snijdt veel maatschappelijke thema's aan, zoals ras, klasse en hoe we ons gedragen in tijden van crisis. *Laat de wereld achter* van Rumaan Alam zal niemand onberoerd laten. 'Alam gaat helemaal op in zijn personages. Het resultaat is een onderhoudende roman vol onderhuidse spanning. Deze roman gaat helemaal over onze tijd.' – Kirkus Reviews 'Spectaculair en ominous.' – Publishers Weekly 'Laat de wereld achter is een zeldzame roman: een prachtig geschreven, emotioneel beladen pageturner. Alam schrijft intelligent en elegant over complexe thema's als voorrecht en het lot.' – Jenny Offill 'Een spannende roman over ras en klasse.' – USA Today 'Een betoverende roman.' – The New Yorker 'In deze tijden heb ik geen focus – mijn aandacht gaat van onwaarschijnlijke nieuwsberichten naar het oneindig scrollen door berichten, binnen de muren van mijn woning waar ik me al sinds maart bevind. Ik werd bevangen door de urgentie, de schoonheid en de griezelig gelijkende wereld in Alams roman.' – The Paris Review 'Een pageturner, een perfecte mix van filmische en literaire kwaliteiten.' – The Wall Street Journal 'Laat de wereld achter is intrigerend en claustrofobisch, en nodigt uit om ons ongemak te onderzoeken en te reflecteren op onze eigen overhaaste oordelen. Het levert een schitterend en duister beeld op van familie, ras, klasse, en wat het belangrijkste is wanneer het onmogelijke werkelijkheid wordt.' – Esquire

In het oranje ochtendlicht Nina Riggs 2017-07-31 In het onberispelijke oranje licht van Nina Riggs is het hartverscheurende verhaal van een vrouw die licht vond in de diepste duisternis. 'Doodgaan is niet het einde van de wereld,' vertrouwt haar moeder, die op dat moment niet lang meer te leven heeft, Nina Riggs toe. Dat neemt niet weg dat de klap groot is als Riggs op haar achtentigste te horen krijgt dat ze een ongeneeslijke vorm van kanker heeft. De dood zit haar op de hielen. Wat is de betekenis van leven als de dood nadert? Hoe bereid je je voor op een definitief afscheid van je dierbaren? Met de weergalozes essays van Montaigne en Emerson als leidraad beschrijft Riggs hoe het is als schrijver, als moeder en als echtgenote verder te leven na zulk intens droevig nieuws. Van de kleine, dagelijkse handelingen tot de moeilijke gesprekken die ze moet voeren met haar twee jonge zontjes: Riggs beschrijft haar laatste maanden vol warmte, met lichtheid en humor. In het onberispelijke oranje licht is een inspirerend, ontroerend en vooral enorm levensbevestigend boek over onze sterfelijkheid.

De jongen in bubbeltjesplastic Phil Earle 2015-09-16 Hoe bewaar je je evenwicht als je wereld in elkaar stort? 'De jongen in bubbeltjesplastic' weet het antwoord. Charlie Han staat al zijn hele leven bekend als dat onderdeurtje van het Chinese afhaalrestaurant. Zijn enige vriend is Sinus, een jongen die naar muren staart. Maar Charlie gelooft dat iedereen wel ergens goed in is en ontdekt zijn eigen, geheime talent: skateboarden. Dit is zijn kans om populair te worden. Het enige wat hij nu moet doen is heel veel oefenen, niets kan hem nog tegenhouden. Maar hij heeft geen rekening gehouden met zijn overbezorgde moeder, die Charlie het liefst zoveel mogelijk beschermt en hem in wil pakken in bubbeltjesplastic. Maar dan doet Charlie een hartverscheurende ontdekking die alles te maken heeft met de bezorgdheid van zijn moeder. 'De jongen in bubbeltjesplastic' is geschreven door Phil Earle, die ook 'Billy' en 'Daisy' schreef. 'De jongen in bubbeltjesplastic' is een humoristische young adult-roman met een krachtige boodschap.

Find Your Focus Zone Lucy Jo Palladino 2008-09-04 Being able to perform any task with full attention has become one of the great unspoken-about challenges of modern life. As our culture has become more high-speed, techno-stressed, information-cluttered and media-saturated, we are getting pushed out of our focus zones without even realising it. If you work in a modern office, it is likely you are suffering from 'information fatigue syndrome', which means that even naturally bright and creative people are rendered incapable of making swift decisions, problem-solving efficiently or able to maintain appropriate energy levels. Award-winning psychologist Lucy Jo Palladino offers practical solutions for anyone juggling too much, who finds themselves in a state of 'continuous partial attention', seemingly unable to do any one task with full concentration. In order to help people combat the negative aspects of 'always-on' information culture, Palladino has come up with a new set of skills that will help readers beat distraction and win the fight against information overload. She provides eight sets of 'keys' that will unlock your best attention and help you balance adrenaline levels, even when you are under pressure or facing dull tasks. Rooted in sports performance psychology, yet practical and user-friendly, Palladino's cutting-edge methods will help you stay focused and enhance your performance in all areas of daily life where concentration is required.

Opgeruimd leven met ADHD 2007 Zelfhulp gids voor volwassenen met een aandachtsstoornis.

Top Secret Sarina Bowen 2021-02-19 LobsterShorts, 21 Atleet. Stiekem een wetenschapsgek. Verdomd sexy. LobsterShorts: Dus. Hier gaan we dan. Mijn vriendin wil voor haar verjaardag... een trioetje. SinnerThree: Je hebt de juiste app gedownload voor een seksdate. LobsterShorts: Heb je dit soort dingen al eens eerder gedaan? Met een andere man? SinnerThree: Heel vaak. Ik ben een gelijke kansen speler. Jij? LobsterShorts: [krekels!] SinnerThree, 21 Student bedrijfsmanagement. In het geheim een mannelijke danser. Verdomd sexy. SinnerThree: Nou, ik ben ertoe bereid als jij dat bent. Mijn leven is een beetje een puinhoop op dit moment. School, werk, familiestress. Oh, en ik woon naast de meest vervelende kerel ter wereld. Ik heb de afleiding nodig. Weet je zeker dat je dit wilt? LobsterShorts: Ik wil het misschien een beetje meer dan ik wil toegeven. SinnerThree: Hey, niets mis met het verleggen van je grenzen... LobsterShorts: Vertel dat maar aan mijn controle-freak vader. Hoe dan ook. Wat als dit trio vreemd is? SinnerThree: Dan is het vreemd. Het is niet zo dat we elkaar ooit nog moeten zien. Toch? Belof me gewoon dat je niet verliefd op me wordt. LobsterShorts: Nu zou dat niet levensveranderend zijn... Lezers over Elle Kennedy & Sarina Bowen: Sarina Bowen en Elle Kennedy hebben een heerlijk liefdesverhaal afgeleverd, dat een beetje buiten de standaard paden wandelt. Ik hou daarvan. Een grappig en mooi verhaal over omgaan met je geaardheid en vriendschap. Vlotte schrijfstijl waardoor je het boek heel snel uitgelezen hebt. Een aanrader voor wie houdt van feelgood.

Scherp Patricia Cornwell 2015-01-23 In Scherp, de tweeëntwintigste thriller uit de Kay Scarpetta-serie van Cornwell, moet Scarpetta alles op alles zetten om de onschuld van haar nicht Lucy te bewijzen. Scherp is het tweeëntwintigste boek uit de bloedstollende bestseller serie rond patholoog-anatoom Kay Scarpetta van auteur Patricia Cornwell. Deze betekende Patricia Cornwells doorbraak als grondlegger van de pathologisch-anatomische thriller. Terwijl patholoog-anatoom Kay Scarpetta op haar verjaardag geniet van een ontspannen ochtend, wordt op vijf minuten van haar huis een leraar doodgeschoten. Niemand heeft ook maar iets gehoord of gezien. Het lijkt alsof er opnieuw een geniale en dodelijke seriemoordenaar aan het werk is. Hij laat geen enkele sporen achter en vanuit de meest onmogelijke afstanden slaagt hij erin zijn slachtoffers om te brengen. Wanneer Scarpetta de moord onderzoekt, ontdekt ze dat de moordenaar haar berichten achterlaat. Bovendien groeit bij Scarpetta het gevoel dat haar dierbaren geheimen voor haar achterhouden. Dat gevoel versterkt wanneer haar zoektocht naar de moordenaar haar tot een schipbreuk voor de kust van Florida brengt, en alles erop wijst dat haar nicht Lucy iets met de moorden te maken heeft... Patricia Cornwells werk over de vrouwelijke patholoog-anatoom Scarpetta is de bestverkochte thrillerserie ter wereld; alleen in Nederland en Vlaanderen zijn er al 1,5 miljoen exemplaren verkocht. Ook werd de serie bekroond met de Edgar Award en de Gold Dagger.

Gebroken meisjes Simone St. James 2018-11-06 Gebroken meisjes van Simone St. James is een huiveringwekkend verhaal over moord, wraak en duistere krachten in een internaat in de jaren vijftig. Gegarandeerd spannend van begin tot eind. Waarschuwing: dit zal je slapeloze nachten bezorgen... Vermont, 1950. Voor ongewenste meisjes en meisjes die niet in de pas lopen is er het internaat Idlewild Hall. Vier meisjes sluiten er vriendschap, fluisteren elkaar 's nachts geheimen in en horen geruchten dat het er spookt. Totdat een van hen verdwijnt. 2014. Journalist Fiona Sheridan kan maar niet in het reine komen

met de moord op haar zus, twintig jaar geleden nabij Idlewild Hall. Hoewel de moordenaar is opgepakt, gelooft Fiona niet dat de zaak echt is opgelost. Dan hoort ze dat iemand het inmiddels vervallen Idlewild Hall heeft gekocht en het wil restaureren. Tijdens de werkzaamheden wordt een lugubere vondst gedaan en Fiona ontdekt dat sommige geheimen wellicht beter verborgen hadden kunnen blijven...

Hij Sarina Bowen 2020-02-11 Ze spelen niet voor hetzelfde team. Of wel? Jamie Canning heeft er nooit achter kunnen komen hoe hij zijn beste vriend verloor. Vier jaar geleden verbrak zijn getatoeëerde, grappenmakende, regelbrekende kamergenoot alle contact zonder enige verklaring. En wat dan nog dat het een beetje raar werd op de laatste nacht van het hockeykamp in de zomer dat ze achttien waren? Het was gewoon een beetje dronken dwaasheid. Niemand stierf. Als er een bewijs dat het gevaarlijk is om uit de kast te komen voor je familie op sociale media.

De nieuwe wildernis Diane Cook 2021-07-06 'Een schokkende toekomstroman, maar ook een schitterende verkenning van een moeder-dochterrelatie onder extreme druk.' Jury Booker Prize De nabije toekomst. Bea's vijfjarige dochter Agnes is langzaam aan het wegwijnen. De smog en vervuiling van de overbevolkte stad verwoest haar longen. Er is maar één alternatief: naar de nieuwe wildernis: het ongerepte natuurgebied waar de mens zich nooit heeft mogen wagen. Bea en Agnes voegen zich bij 18 andere vrijwilligers voor een radicaal experiment. Ze moeten leren overleven in de wildernis zonder zich te vestigen of sporen achter te laten. Terwijl Agnes het nieuwe bestaan omarmt, realiseert Bea zich dat ze haar dochter op heel andere manier zal verliezen. In prachtige taal schrijft Cook over de onbestendigheid van het leven, over wat ons tot mens maakt en vooral over de liefde tussen moeder en dochter: hoever gaan ze om te overleven, en welke offers wil Bea brengen voor haar dochter?

De verborgen taal van bloemen Vanessa Diffenbaugh 2021-06-10 Welke bloem past bij jouw emotie? Victoria Jones is de enige die het weet! Als kind groeide ze op in 32 verschillende pleeghuizen, liefdeloos en moederziel alleen. Door de traumatische gebeurtenissen uit haar jeugd heeft ze zich volledig afgesloten voor alles en iedereen. Op achttienjarige leeftijd vindt ze een baantje als bloemist en weet door haar diepe connectie met bloemen zich open te stellen voor mensen. De Victoriaanse taal van bloemen is de enige taal die ze spreekt, totdat een mysterieuze bloemenhandelaar haar hart oververt. Durft ze haar trauma's onder ogen te zien voor haar laatste kans op geluk en liefde? Vanessa Diffenbaugh (1978) is een Amerikaanse auteur die het befaamde boek 'De verborgen taal van bloemen' heeft geschreven. Haar debuutroman werd een echte New York Times bestseller die maar liefst 69 weken in de lijst stond en in 42 talen vertaald is. In haar roman vertelt ze over het getraumatiseerde leven van een meisje die zich alleen nog maar met bloemen kan uitdrukken. Dit is een terugkerend thema in Diffenbaughs carrière, want naast schrijfster werkt ze ook bij een organisatie die pleegkinderen ondersteunt. Diffenbaugh woont met haar man en vier kinderen in Californië.

Hyperfocus Chris Bailey 2018-08-31 In 'Hyperfocus' biedt productiviteitsexpert Chris Bailey nuttige inzichten en effectieve tactieken om onze aandacht te managen. Die is namelijk nooit eerder zo overgestimuleerd en overvraagd geweest als nu. We hebben het drukker dan ooit, maar lijken minder voor elkaar te krijgen. Tegelijkertijd voelen we ons ongemakkelijk bij verving en een gebrek aan prikkels en afleiding. Op basis van recent neurowetenschappelijk onderzoek toont Chris Bailey aan dat ons brein twee standen heeft die je kunt activeren als je je aandacht effectief inzet: hyperfocus, de stand voor diepe concentratie, en snipperfocus, de creatieve en reflectieve stand. Door neurowetenschap, psychologie en mindfulness te combineren helpt Bailey je om elk van deze twee mentale standen optimaal te benutten. Zo krijg je meer focus in werk en leven.

Vamoose Meg Rosoff 2011-02-15 Een jong stel zet een beeldschoon, lief baby-elandje op de wereld. De twee kersverse tienerouders hebben geen verstand van opvoeden, laat staan van het grootbrengen van een eland, en ze lopen dan ook voortdurend tegen problemen aan. Vind maar eens een geschikte babysitter voor een eland, en welke crèche durft het aan Elandje toe te laten en te verzorgen? Elandje is geen typische baby, zo leert hij heel snel lopen, maar heeft hij moeite met praten. Opgroeien in de harde mensenwereld is niet makkelijk; heeft Elandje wel een kans om gelukkig te worden?

De Bullet Journal Methode Ryder Carroll 2018-11-13 Jarenlang probeerde Ryder Carroll steeds weer nieuwe productiviteitsmethodes, zowel online als offline, maar niets werkte zoals hij wilde. Uit pure wanhoop ontwikkelde hij zijn eigen systeem, de Bullet Journal Methode, die hem hielp om zich beter te concentreren en productief te zijn. Hij deelde zijn methode met enkele vrienden die dezelfde uitdagingen tegenkwamen, en voor hij het wist had hij een viral beweging in gang gezet. We zijn nu een paar jaar verder, en Bullet Journaling vindt inmiddels wereldwijd navolging. De Bullet Journal Methode behelst zoveel meer dan aantekeningen organiseren en lijstjes maken. Het gaat over wat Carroll 'leven met intentie' noemt: afleidingen leren negeren en je tijd en energie richten op de dingen die er echt toe doen, zowel in je werk als in je persoonlijke leven. Dit boek leert je... Het verleden vastleggen: Creëer een duidelijk en uitgebreid overzicht van je gedachten, met niets meer dan pen en papier. Het heden organiseren: Vind dagelijks rust door je takenlijst op een bewuste, systematische en productieve manier aan te pakken. De toekomst plannen: Zet interesses en losse aantekeningen om in zinvolle doelen en verdeel die vervolgens in hanteerbare actiestappen die tot grote veranderingen leiden. Ryder Carroll schreef dit boek voor vastgelopen lijstjesmakers, overweldigde multitaskers en creatievelingen die structuur nodig hebben. Of je nu al jarenlang een Bullet Journal gebruikt of er nog nooit een hebt gezien, De Bullet Journal Methode helpt je om het stuur van je leven weer in eigen handen te nemen.

Voorbij Band of Brothers Dick Winters 2011-10-07 Tijdens de aanval op de stranden van Normandië nam Dick Winters het commando van Easy Company over, het 506th Parachute Infantry Regiment. Hij leidde hen langs de grote veldslagen van de oorlog en de verovering van Hitlers Adelaarsnest, en klom op tot de rang van majoor. Nadat hij en zijn soldaten vereeuwigd waren in Stephen Ambrose' Band of Brothers en de gelijknamige tv-serie van Steven Spielberg, verbreekt Dick Winters voor het eerst in zestig jaar het zwijgen om zijn verhaal te vertellen. Grote delen van Voorbij Band of Brothers zijn gebaseerd op privé-materiaal van Dick Winters zelf en zijn medestrijders. Het boek bevat ook unieke foto's uit zijn persoonlijke collectie. Richard 'Dick' Winters (1918) ontving voor zijn daden als leider van Easy Company het Distinguished Service Cross. Hij diende nog in de Koreaanse oorlog en storte zich daarna op een carrière als zakenman.

Big magic Elizabeth Gilbert 2015-10-07 In Big Magic moedigt Elizabeth Gilbert ons aan om onze verborgen talenten te ontdekken. Balancerend tussen spiritualiteit en vrolijk pragmatisme laat ze zien hoe we onze ideeën kunnen oarmen, nieuwe uitdagingen het hoofd kunnen bieden en onze dagen kunnen vullen met meer passie en mindfulness. Op weg naar het leven waar je altijd van hebt gedroomd.

De Fluisterman Alex North 2019-06-13 Alex North De Fluisterman Als de deur halfopen staat, hoor je het gefluister vroeg of laat. De Fluisterman van Alex North is de thrillersensatie van 2019! Nog kapot van de dood van zijn vrouw besluit Tom Kennedy met zijn zoon Jake te verhuizen naar het kleine stadje Featherbank om een nieuwe start te maken. Maar Featherbank heeft een duister verleden. Twintig jaar geleden ontvoerde en vermoordde een seriemoordenaar vijf jongens. Tot hij uiteindelijk werd gepakt vreesde iedereen de Fluisterman. Dat was al heel lang geleden, en een oud misdrijf hoeft natuurlijk niet van invloed te zijn op het leven van Tom en Jake. Maar dan verdwijnt er weer een jongen en begint Jake zich vreemd te gedragen. Hij zegt dat hij gefluisterd hoort bij zijn raam. De Fluisterman van Alex North is een unieke leeservaring die je nog lang zal bijblijven.

The British National Bibliography Arthur James Wells 2009

Nomade James Swallow 2019-04-23 Marc Dane is een MI6 field agent die thuis achter de computer werkt, maar als hij de enige overlevende is van een gewelddadige aanval op zijn team, bevindt hij zich plots middenin de actie. Wanneer alle bewijzen Marc als verrader aanwijzen, volgt een race tegen de klok

om zijn naam te zuiveren. Terwijl hij eigenlijk niemand kan vertrouwen, moet hij gedwongen samenwerken met de Rubicon groep en hun leider Lucy Keyes, een ex-militair die weet hoe het voelt om een outsider te zijn. Een terroristische aanval dreigt en alleen Lucy en Marc kunnen die stoppen voor het te laat is.

Eat that frog Brian Tracy 2017-01-01 Als je elke ochtend begint met het eten van een levende kikker, zal de rest van de dag 'een makkie' zijn (aldus Mark Twain). 'Eat that frog' laat zien hoe je die spreekwoordelijke kikker op kunt eten, oftewel hoe je moet beginnen met de taken waar je het minst zin in hebt. De taken die je voor je uitschuift blijken namelijk bijna zonder uitzondering de taken te zijn die de grootste, meest positieve impact op je leven zullen hebben. In deze klassieker over productiviteit legt Brian Tracy uit dat succesvolle mensen niet alles proberen te doen, maar focussen op de belangrijkste taken en zorgen dat die goed gedaan worden. Hij vertelt je hoe je voorkomt dat technologie je tijd domineert en geeft eenentwintig praktische en haalbare stappen die je helpen om te stoppen met uitstellen. En vandaag nog je leven te veranderen.

Focus AAN/UIT Mark Tigchelaar 2019-04-08 Krijg weer grip op je focus – Inclusief online training! 'Beknopt, vlot geschreven en praktische handvatten om meer uit je leven te halen.' Wouter de Jong, auteur van de bestseller *Mindgym* Al meer dan 70.000 exemplaren verkocht! Afdwalen tijdens gesprekken, aan het einde van de pagina erachter komen dat je eigenlijk geen idee meer hebt waar de tekst over ging en moeite met in slaap vallen omdat je hoofd blijft doortolten. Wanneer we geen grip op onze aandacht hebben, waaien we met alle winden mee, kost het meer tijd om ons werk te doen en neemt de stress toe. Op de lange termijn vergroot het zelfs de kans op een burn-out. Bestsellerauteur Mark Tigchelaar laat aan de hand van nieuw wetenschappelijk onderzoek en voorbeelden uit de praktijk zien hoe we weer grip op onze focus krijgen. Het effect is dat we weerbaarder tegen stress worden, productiever zijn en meer aanwezig zijn in het hier en nu. Rust, overzicht en controle. Lees dit boek en je ontdekt: hoe je slimme brain hacks inzet om niet meer af te dwalen hoe je met het 'MTW'-principe structureel meer gedaan krijgt hoe je je kunt afsluiten voor de luidruchtigste collega hoe je de denkmachine stopt en makkelijker in slaap valt Lezers over Focus AAN/UIT: 'In zijn nieuwste boek geeft Mark Tigchelaar je niet alleen een complete serie met praktische tips, hij legt ook meteen de achterliggende ideeën uit. Een briljant boek voor iedereen die z'n brood verdient met denkwerk.' Taco Oosterkamp, bestsellerauteur en businesscoach 'In elk vakgebied zoek ik de beste van de besten op. Dé experts die met kop en schouders boven de rest uitsteken. Op het gebied van focus en productiviteit is Mark dat. Hij bezit de gave om zijn kennis te vertalen naar concrete tips die iedereen kan toepassen. Ik ben dol op deze lifehacks die het leven een stuk aangenamer maken. Wanneer je de tips uit het boek Focus AAN/UIT toepast, krijg je meer gedaan, ervaar je meer voldoening en leef je simpelweg een gelukkiger leven.' Thijs Lindhout, 100% Inspiratie Podcast 'Het hebben van focus gaat verder dan alleen veel gedaan krijgen op een dag. Focus geeft rust en leidt tot een fijner leven. Mark laat in zijn nieuwe boek zien hoe focus en geluk met elkaar verbonden zijn en hoe we de dingen met meer aandacht kunnen doen.' Sanny Verhoeven, ondernemer en YouTuber: Sanny zoekt Geluk

Vader Zeepaard / druk 3 Eric Carle 2005 Vader Zeepaard legt zelf geen eitjes, maar zorgt er wel goed voor. Prentenboek met kleurige collageachtige tekeningen en tekst op rijm. Vanaf ca. 4 jaar.

In de stilte ligt het antwoord Ryan Holiday 2020-09-29 Ryan Holiday laat aan de hand van de klassieke wijsheden van het stoïcisme en andere filosofische stromingen zien hoe we standvastig kunnen zijn in een wereld die maar doordraait. In Het obstakel is de weg en Ego is de vijand maakte bestsellerauteur Ryan Holiday klassieke wijsheid populair voor een nieuwe generatie. In In de stilte ligt het antwoord behandelt hij de tijdloze stoïcijnse en boeddhistische filosofie om te laten zien waarom verstilling zo belangrijk is. Holiday bespreekt allerlei grote denkers, van Confucius tot Seneca, Marcus Aurelius tot Thich Nhat Hanh, John Stuart Mill tot Nietzsche, en geeft voorbeelden van personen die de kracht van verstilling belichaamden, zoals Winston Churchill en Anne Frank. In de stilte ligt het antwoord biedt een simpele maar inspirerende remedie tegen de stress van het nieuws en social media die nooit stoppen, obstakels, ego's en competitie. De verstilling die we allemaal zoeken is de weg naar betekenis, tevredenheid en succes in een wereld die nooit stilstaat.

Hoe wij beslissen Jonah Lehrer 2010-02-09 De beste beslissingen ontstaan uit een goed afgestemde combinatie van verstand en gevoel. Hoe die mix er precies uitziet verschilt per situatie: voor een huis kiezen kan het best op je gevoel, omdat je de voors en tegens allang op een rijtje hebt gezet, maar aandelen kopen kan beter op ratio, want op de beurs laat je je vaak gevaarlijk meeslepen door emoties. Waar het om gaat is dat je weet wanneer je de verschillende delen van je hersenen moet gebruiken. Lehrer geeft ons de middelen die we hiervoor nodig hebben en maakt niet alleen gebruik van de allernieuwste onderzoeksresultaten, maar ook van de praktijkervaring van uiteenlopende besluitvormers, van piloten en investeerders tot pokeraars en seriemoordenaars. Hij beantwoordt twee vragen die voor iedereen van belang zijn, van ceo tot brandweerman: Hoe komen wij tot een besluit? En hoe kunnen we betere afwegingen maken?'

2008 Guide to Literary Agents Chuck Sambuchino 2007-07-19 Lists addresses, telephone numbers, specialties, recent sales, commissions, terms, and submission tips for hundreds of agents located in the United States and Canada

Educar en la era de la dispersión digital Lucy Jo PALLADINO 2016-05-29 ¿Vuestros hijos viven pegados a una pantalla? He aquí una guía práctica y detallada que proporciona a los padres las herramientas necesarias para enseñar a los niños, desde su más tierna infancia hasta la adolescencia, a controlar el uso de la tecnología. A medida que los niños dedican más tiempo a las tabletas y los smartphones, con aplicaciones especialmente concebidas para captar su atención, aumenta la preocupación de los padres por los efectos del uso excesivo de la tecnología. Ante esto, los padres no saben cómo intervenir: quieren que sus hijos sean competentes y competitivos a la hora de utilizar la tecnología, pero también quieren evitar los problemas de atención y conducta que pueden derivarse de un empleo abusivo. En esta guía, Lucy Jo Palladino no demoniza la tecnología, sino que más bien ofrece a los padres los recursos para ayudar a los niños a entender y controlar su propia atención. El enfoque directo de Palladino, basado en datos, es aplicable a todas las edades. Los padres descubrirán asimismo la vital diferencia entre la atención voluntaria y la atención involuntaria, los nuevos conocimientos sobre el desarrollo del cerebro y las circunstancias que pueden llevar a un niño a padecer trastornos de atención.

Keep going Austin Kleon 2019-04-11 In Steal like an artist en Show your work! toonde Austin Kleon hoe iedereen creatief kan zijn en hoe je die creativiteit met de wereld kunt delen. In zijn nieuwe bestseller leer je aan de hand van tien verrassende inzichten hoe je in een wereld vol afleiding creatief kunt blijven doorgaan. Keep on going is een boek voor iedereen die een zinvol en productief creatief leven wil leiden en die af en toe eens vastloopt. Onthoud: leven is kunst, geen wetenschap. Iedereen heeft zijn eigen kijk op dingen. Neem wat je nodig hebt en laat de rest liggen. Keep going en take care of yourself. Elke dag is groundhog day. Een gewijde basis creëren. Vergeet de titel. Ga aan het werk. Maak geschenken. Het gewone + extra aandacht = het buitengewone. Dood de kunstmonsters. Je mag van mening veranderen. Bij twijfel, ga opruimen. Demonen haten frisse lucht. 10. Onderhoud je tuin.

De deal Elle Kennedy 2018-05-23 Al meer dan 25.000 keer gelezen en geluisterd in Nederland en België! Dé internationale sexy bestsellersensatie vol humor. Hannah Wells heeft een enorme crush op Justin Kohl, de hunk van het footballteam. Maar hoe kan ze ervoor zorgen dat hij haar eindelijk ziet staan? Garrett Graham is de populaire aanvoerder van het ijshockeyteam. Maar hij kan ijshockey wel vergeten als hij niet snel zijn filosofiegemiddelde verbetert met behulp van bijles. Hij laat zijn oog vallen op de sarcastische brunette die als enige van de klas een goed cijfer heeft gehaald voor het tentamen dat hij over moet doen. Het enige probleem: zij heeft helemaal geen zin om hem te helpen. Garrett is echter niet voor één gat te vangen en bedenkt een sluw plan: zij geeft hem bijles, en hij doet een tijdje alsof hij haar vriendje is. Als Hannah namelijk een paar keer als zijn date op feestjes wordt gezien, zal ze daarmee ongetwijfeld de aandacht van Justin trekken. In een vlaag van verstandsverbijstering gaat Hannah akkoord met de deal. Dat kan niet misgaan... toch? De deal is het eerste deel in de Off Campus-serie van Elle Kennedy, die zich afspeelt op de fictieve Briar University. Alle delen zijn los van elkaar te lezen. Ook schreef ze een serie van vier boeken getiteld Briar U.

Nu ik dood zal gaan Randy Pausch 2011-10-09 Met Nu ik dood zal gaan heb je iets belangrijks in handen. Het is een boek dat je tot nadenken zet over je eigen leven, dat je doet inzien dat alles een doel heeft – hoe klein ook. Randy Pausch, professor in de informatica, is een 'gewone' man met drie jonge

kinderen, die op een dag te horen krijgt dat hij nog maar enkele maanden te leven heeft. Een paar weken later geeft hij aan de universiteit zijn laatste college, die door de eenvoud en kracht ervan een miljoenenpubliek bereikt. Het college ging over alles waar Randy in geloofde. Het ging over het leven. Dit boek is bedoeld om mensen waar ook ter wereld kennis te laten maken met Randy's levenslust. Het is een waardevol document waar je nog jarenlang hoop, inspiratie en kracht uit kunt putten.

Podkin Eenoor Kieran Larwood 2017-03-03

find-your-focus-zone-by-lucy-jo-palladino

Downloaded from artige.no on September 30,
2022 by guest