

KOMFORT SNU W PODRÓŻY

nie tylko

KRÓTKO O AUTORACH

:D

Irena Hilarecki – limfolog i prewentolog, specjalista w zakresie profilaktyki zdrowia oraz medycyny przeciwstarzeniowej. Dla komfortu snu podróżuje w pończochach kompresyjnych.

:->

Dr Karol P. Lipski – wykładowca literatury w Boston College, hotelarz, ekspert w zakresie *wellness lifestyle*. Problemy ze snem? Myśli o nich, jak się wyśpi.

;-o

Irena Sallmann – parapsycholog, terapeuta dźwiękiem, homeopata. Dla lepszego snu gra na gongach (dla innych), bierze zasadową kąpiel dla siebie.

:-/

Iwona Szmigiel – naturoterapeuta, specjalista z zakresu zaburzeń snu, terapii stresu i medycyny naturalnej. Śpi dobrze w aromacie geranium.

:-)

Anna Skrzypczak – historyk z wykształcenia, sekretarz fundacji na co dzień. We śnie smakuje rzeczywistość minionych wieków.

B-)

Natasza Sallmann – hotelarz, doradca w zakresie hotelarstwa *wellness* i *spa*, autorka książki „Megatrend *wellness* (...)”, marketingowiec, więc często śni na jawie. Marzy czasami, aby być żyrafą (żyrafy śpią średnio 1,9 godziny na dobę).

