

Både og

TEKST

Arne Olav L. Hageberg

PUBLISERT 5. november 2010

Høsten er her og når mørket smyer seg på, opplever mange nordmenn at trøttere og orker mindre enn i de lyse sommermånedene. Da gjelder det å t
ekstra som lyser opp i tilværelsen. Det får oss til å føle oss bedre og gjør hve
lettere, mener både psykologer og helseeksperter.

Fastfood 13.10.2010

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 47, nummer 11, 2010, side

TEKST

Arne Olav L. Hageberg, Journalist og nettansvarleg i Psykologtidsskriftet

PSY
KOL
OGI

e