

# «Руководство к благополучию» это комплексный источник и набор инструментов ко всему, что связано с благополучием

*«Руководство к благополучию» – отличный путеводитель для тех, кто готов пойти по пути, который прошла сама Леона Соколова.*

YORBA LINDA, CALIFORNIA, USA, April 11, 2024 /EINPresswire.com/ --

Получившую высокую оценку книгу Леоны Соколовой [«Руководство к благополучию»](#), которая рассматривает здоровье и благополучие в холистической перспективе и делает более понятными проверенные временем методы баланса тела и души, сейчас можно приобрести в ведущих интернетных книжных магазинах мира.



Получившую высокую оценку книгу Леоны Соколовой «Руководство к благополучию»

В этой книге Соколова делится с читателем подробностями своего захватывающего дух путешествия к благополучию. Она написана так, что, начав читать, трудно оторваться. Книга предлагает различные практические советы, которыми может немедленно воспользоваться любой желающий. Она помогает читателям осознать, что их эмоциональное и физическое благополучие рядом, в пределах досягаемости.

Согласно Соколовой, благополучие – это процесс постепенного, шаг за шагом погружения в самого себя, чтобы достичь отличного здоровья и постоянно его поддерживать.

«В ходе этого процесса вы получите возможность исследовать свою жизнь под новым и уникальным углом зрения. Все это ведет к тому, что вы лучше познаете себя с точки зрения позитивности, благодарности, счастья, простоты, правильного питания,

физических упражнений и многого другого. Это также дружеское напоминание о том, что несложные и полезные инструменты для этого рядом с нами, стоит лишь протянуть руку», – пишет Соколова.

В своем отзыве на Amazon читательница по имени Марина отметила, что «Руководство к благополучию» отвечает на самые кардинальные и критические вопросы, которые жизнь предлагает каждому из нас.

«Что мы должны делать, чтобы улучшить наше душевное и физическое здоровье? Как поддерживать гармонию тела и души? Некоторые из этих вопросов просты. Но очень часто мы не уделяем достаточного внимания и забываем какие - то вещи именно потому, что они очевидны. Автору следует поставить в заслугу то, что она собирает воедино все эти основные моменты и напоминает об их важности для всех нас», – написала Марина.

Другой читатель, Петр, хвалит Соколову за то, что она своевременно представила людям свод сведений о благополучии, который приятно читать и который при этом полон полезной информации.

«Автор знает то, о чем говорит. Чтение протекает так, как если бы добрый друг взял меня за руку и повел по тропе к благополучию и улучшению моего самочувствия. Если вы хотите изменить /улучшить свою жизнь, это как раз для вас. В высшей степени рекомендую! Я купил несколько экземпляров, чтобы подарить на праздники друзьям и членам семьи», – пишет Петр.

Леона Соколова – консультант по вопросам здоровья и благополучия, автор и основатель сайта [www.wellness-manual.com](http://www.wellness-manual.com). Она помогает людям строить свою жизнь с учётом их индивидуальных особенностей, выбирать питание и образ жизни, которые больше всего им подходят. Она прошла подготовку в Институте интегрированного питания (The Institute for Integrative Nutrition). Имеет сертификат консультанта по холистическому подходу к здоровью и является членом Американской ассоциации профессионалов здравоохранения, практикующих без лекарств (American Association of Drugless Practitioners).

Те, кто хотел бы приобрести «Руководство к благополучию», могут купить эту книгу на Lulu.com, Mgraphics-books.com, Ruskniga.com. А тем, кто хотел бы узнать больше о Леоне Соколовой, рекомендуем выйти на ее вебсайт: [www.wellnessnewyork.com](http://www.wellnessnewyork.com).

[Inks & Bindings](#), ведущая калифорнийская компания, которая первой представила публике захватывающую книгу Леоны Соколовой, может обеспечить и другим авторам доступ к читательской аудитории.

JORELOU GABATO  
Inks and Bindings, LLC

+1 888-290-5218

[email us here](#)

Visit us on social media:

[Facebook](#)

[Twitter](#)

[Instagram](#)

[YouTube](#)

[TikTok](#)

[Other](#)

---

This press release can be viewed online at: <https://www.einpresswire.com/article/703010010>

EIN Presswire's priority is source transparency. We do not allow opaque clients, and our editors try to be careful about weeding out false and misleading content. As a user, if you see something we have missed, please do bring it to our attention. Your help is welcome. EIN Presswire, Everyone's Internet News Presswire™, tries to define some of the boundaries that are reasonable in today's world. Please see our Editorial Guidelines for more information.

© 1995-2024 Newsmatics Inc. All Right Reserved.