

Både og



Arne Olav L. Hageberg

Journalist og nettansvarleg i Psykologtidsskriftet

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

Fastfood 13.10.2010