

Livre

Auteur(s) : Suzuki, Wendy (Auteur) ;Fitzpatrick, Billie (Collaborateur)
;Hel-Guedj, Johan-Frédéric (1947-...) (Traducteur)

Titre(s) : Bouge ton cerveau ! : comment bouger nous rend plus intelligent et plus heureux / Wendy Suzuki ; avec Billie Fitzpatrick ; traduction par Johan-Frédéric Hel-Guedj.

Editeur(s) : Paris : Marabout, 2016.

Autres : 1 vol. (357 p.) . illustrations en noir et blanc . 22 x 16 cm

Résumé : La neuroscientifique explique avec humour l'utilisation de ses connaissances sur le cerveau pour reprendre sa vie en main en connectant son cerveau avec son corps et son esprit. Avec des petits mémos sciences pour faire des expériences avec son cerveau.

Notes : Bibliogr. Index.

Sujet(s) : Réalisation de soi ;Exercices physiques ** Emploi en thérapeutique ;Esprit et corps



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	158.1 SUZ	Prêt normal	Sorti	Plérin
Documentaires	Sans	158 SUZ	Prêt normal	Sorti	Saint-Brieuc - Malraux
