

Livre

Auteur(s) : Mademoiselle Caroline (1974-...) (Auteur) ;André, Christophe (1956-...) (Auteur)

Titre(s) : Mon programme anti-dépression / Mademoiselle Caroline, Christophe André.

Editeur(s) : Paris : l'Iconoclaste, 2018.

Collection(s) : (Psycho).

Autres : 1 vol. (266 p.) . illustrations en noir et blanc . 23 x 17 cm

Résumé : Un programme de 28 jours avec des exercices, des jeux et des conseils pour réussir à se libérer de la dépression et prévenir les rechutes. .

Notes : Tout public.

Sujet(s) : Dépression ** Prévention



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Documentaires	Documentaires	616.85 MAD	Prêt normal	Disponible	Saint-Brieuc - Camus
La doc mezzanine	Documentaires	616.85 MAD	Prêt normal	Disponible	Saint-Brieuc - Malraux
