

Livre

Auteur(s) : Calestrémé, Natacha (Auteur)

Titre(s) : Mon cahier d'énergie : rituels inédits et jeux pour prendre soin de moi / Natacha Calestrémé.

Editeur(s) : Paris : Albin Michel, DL 2022. ; 85-Luçon : Impr. Pollina.

Collection(s) : (Développement personnel).

Autres : 1 vol. (111 p.) . illustrations en couleur . 24 x 19 cm

Résumé : Ce cahier propose 22 rituels et activités pour se sentir bien et retrouver toute son énergie : créer une boîte à souhaits, apprendre à faire le vide, renouer avec son âme d'enfant, entre autres. ©Electre 2022.

Notes : Tout public.

Sujet(s) : Psychologie énergétique ;Réalisation de soi

Lien : <https://www.electre.com/GetBlob.ashx?Ean=9782226474155,0-8451783&Size=Original>



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Documentaires	Documentaires	158.1 CAL	Prêt normal	Sorti	Saint-Brieuc - Camus
