

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