

Livre

Auteur(s) : Vauréal, Sophie de (Auteur)

Titre(s) : [Le]zen du balai ou La transformation du quotidien / Sophie de Vauréal.

Editeur(s) : Chêne-Bourg (Genève) : Vivez Soleil, 2001.

Collection(s) : (Santé / Bertrand Duhesme).

Autres : 190 p. . illustrations en noir et blanc . 21 x 14 cm

Résumé : Chaque jour, nous passons plusieurs heures à faire du ménage ou du rangement : le guide de S. de Vauréal propose de faire le ménage autrement, trouver la posture qui irradie le corps, aller et venir, en étant à l'écoute de soi-même.

Notes : Bibliogr. - Tout public.

Sujet(s) : Geste : Ergonomie ; Vie quotidienne : Ergonomie



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	613.5 VAU	Prêt normal	Disponible	Ploufragan