

Livre

Auteur(s) : Servan-Schreiber, David (1961-2011) (Auteur)

Titre(s) : Notre corps aime la vérité : chroniques 1999-2011 / David Servan-Schreiber ; préface de Jean-Louis Servan-Schreiber.

Editeur(s) : Paris : R. Laffont : "Psychologies magazine", impr. 2012 (72-La Flèche : Impr. CPI Brodard et Taupin).

Autres : 1 vol. (341 p.) . 24 cm

Résumé : Une synthèse des grandes idées de D. Servan-Schreiber, à travers ses chroniques rédigées pour Psychologies magazine de 1999 à 2011 : importance de la nutrition, de l'exercice physique, de la gestion du stress, de la lumière, de la juste expression de ses émotions, de l'amitié et de l'amour, etc.

Notes : Recueil de chroniques de l'auteur publiés pour "Psychologies magazine" de 1999 à 2011.

Sujet(s) : Emotions ** Aspect physiologique ; Santé ** Aspect nutritionnel ; Santé ** Aspect psychologique



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
La doc mezzanine	Bien-être et santé	613 SER	Prêt normal	Disponible	Saint-Brieuc - Malraux
