a-la-source-du-bien-etre

CD

Auteur(s) : Diederichs, Gilles
Titre(s) : A la source du bien être / Gilles Diederichs, mus.
Editeur(s) : Chiff-Chaff, 2012.
Autres : 1 CD (62 min) . 1 livret
Contient : Se réveiller en douceur. - S'apaiser rapidement. - Se détendre en travaillant. - Eliminer le stress. - Stimuler son attention. - Bien commencer la soirée. - Commencer la journée avec entrain. - Se revitaliser progressivement. - Exprimer ses émotions. - Faire une courte sieste. - S'évader. - Favoriser le sommeil. - Se réveiller en douceur. - S'apaiser rapidement. - Se détendre en travaillant. - Eliminer le stress. - Stimuler son attention. - Bien commencer la soirée. - Commencer la journée avec entrain. - Se revitaliser progressivement. - Exprimer ses émotions. - Faire une courte sieste. - S'évader. - Favoriser le sommeil.
Sujet(s) : Musique de relaxation ;Relaxation

Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Musique	Musiques fonctionnelles	5.43 ALA	Prêt normal	Disponible	Saint-Brieuc - Camus