
saint-brieuc - Recherche STRESS : PREVENTION

Livre	Titre : [Les]4 temps de la renaissance : le stress post-traumatique n'est pas une fatalité Auteur : Lejoyeux, Michel Editeur : Lattès Date édition : 2020 Support : Livre
Livre	Titre : 21 jours pour réguler son stress et son sommeil : et ne pas reporter son bien-être au lendemain Auteur : Braun Debourges, Céline (1971-....) Editeur : Jouvence Date édition : 2021 Collections : Petit cahier, sport cérébral du bien-être Support : Livre
Livre	Titre : Agir et penser comme un chat : libre, calme, curieux, charismatique, fier, indépendant... Tome : v.35931 Auteur : Garnier, Stéphane (1974-....) Editeur : le Livre de poche Date édition : DL 2020 Collections : Le Livre de poche Support : Livre
	Titre : Agir et penser comme un chat : libre, calme, curieux, observateur... Auteur : Garnier, Stéphane (1974 - ...) Collections : Texte taille 20 Support : Livre
Livre	Titre : Apprendre à méditer : la méthode MBSR à la portée de tous Auteur : Stahl, Bob Editeur : Les Arènes Date édition : 2013 Support : Livre
Livre	Titre : Bon stress, mauvais stress : mode d'emploi Auteur : Chapelle, Frédéric Editeur : O. Jacob Date édition : impr. 2007

Collections : Guide pour s'aider soi-même
Support : Livre

Livre

Titre : Comment vaincre le stress : conseils et exercices de sophrologie pour vaincre les angoisses de la vie quotidienne
Auteur : Chevalier-Beaumel, Alain (1945-....)
Editeur : Ed. du Puits fleuri
Date édition : 2000
Support : Livre

Livre

Titre : Covid-19 et détresse psychologique : 2020, l'odyssée du confinement
Auteur : Franck, Nicolas (1968-....)
Editeur : O. Jacob
Date édition : 2020
Collections : Psychologie
Support : Livre

Livre

Titre : Déjouer le stress à l'école : comment dépasser le stress scolaire et retrouver le plaisir d'apprendre ?
Auteur : Bargiacchi, Anne
Editeur : Nathan
Date édition : 2021
Collections : L'enfance en questions
Support : Livre

Livre

Titre : Déstresse
Auteur : Diederichs, Gilles
Editeur : De La Martinière Jeunesse
Date édition : 2017
Collections : Plus d'oxygène
Support : Livre
