
saint-brieuc - Recherche STRESS

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
DVD	Titre : Anti stress : Gymnastique et relaxation Auteur : Lloyd-Baker, Lucy Editeur : EPI Diffusion Date édition : 2012 Support : DVD
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 : Bien dans son ventre, bien dans sa tête
Auteur : Lamboley, Denis (1953-....)
Editeur : Marabout
Date édition : DL 2005
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



Titre : Burn-out, à qui le tour ?
Auteur : Abbet, Marie
Editeur : RTS Radio Télévision Suisse
Date édition : 2017
Collections : Temps présent
Support : DVD

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
