

[FREE] File size: 76.Mb

Bien dans son corps au quotidien

Matériel protégé par le droit d'auteur

D^r Luc Audouin

bien
dans
son corps
au quotidien

Par Docteur Luc Audouin

DOC | *audiobook | ebooks | Download
PDF | ePub

Dtails sur le produit Rang parmi les
ventes : #81777 dans eBooksPubli le:
2003-09-11Sorti le: 2003-09-11Format:
Ebook KindleNombre d'articles: 1

[FREE] Bien dans son corps au quotidien

Par Docteur Luc Audouin : **Bien dans son corps au quotidien** before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Bien dans son corps au quotidien:

Éditions
d'Organisation
Matériel protégé par le droit d'auteur

Download

Read Online

Description :

Présentation de l'auteur Dans la journée, au travail, le corps est négligé : parce qu'il "porte" la tête, il est considéré comme secondaire et non comme un élément part entière du quotidien. Et pourtant, négliger cette dimension corporelle est une attitude nocive qui mène au surmenage et finit par nuire à l'équilibre personnel. Ce livre propose donc des conseils de travail fondés sur la compréhension des mécanismes physiologiques. Il s'agit d'une méthode originale de développement personnel qui s'appuie sur les acquis récents de la médecine pour envisager l'équilibre psychologique. C'est une invitation à revisiter, à inventer et à investir le quotidien.

Présentation de l'auteur Dans la journée, au travail, le corps est négligé : parce qu'il "porte" la tête, il est considéré comme secondaire et non comme un élément part entière du quotidien. Et pourtant, négliger cette dimension corporelle est une attitude nocive qui mène au surmenage et finit par nuire à l'équilibre personnel. Ce livre propose donc des conseils de travail fondés sur la compréhension des mécanismes physiologiques. Il s'agit d'une méthode originale de développement personnel qui s'appuie sur les acquis récents de la médecine pour envisager l'équilibre

psychologique C'est une invitation revisiter, reinventer et réinvestir le quotidien.. Quatrième de couverture Dans la journée, au travail, le corps est négligé parce qu'il "porte" la tête, il est considéré comme secondaire et non comme un élément part entière du quotidien. Et pourtant, négliger cette dimension corporelle est une attitude nocive qui mène au surmenage et finit par nuire l'équilibre personnel. - Ce livre propose donc des conseils de travail fondés sur la compréhension des mécanismes physiologiques. - Il s'agit d'une méthode originale de développement personnel qui s'appuie sur les acquis récents de la médecine pour envisager l'équilibre psychologique. - C'est une invitation revisiter, reinventer et réinvestir le quotidien...