

Mots clés: telecharger Trouver ses forces intérieures ; surmonter le stress et le burn-out pdf, Trouver ses forces intérieures ; surmonter le stress et le burn-out mobi, Trouver ses forces intérieures ; surmonter le stress et le burn-out epub gratuitement, Trouver ses forces intérieures ; surmonter le stress et le burn-out torrent, Trouver ses forces intérieures ; surmonter le stress et le burn-out lire en ligne.

Trouver ses forces intérieures ; surmonter le stress et le burn-out PDF

Peix-Lavallee, Clemence



*Ceci est juste un extrait du livre de Trouver ses forces intérieures ; surmonter le stress et le burn-out.
Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.*



Auteur: Peix-Lavallee, Clemence

ISBN-10: 9782738144423

Langue: Français

Taille du fichier: 1643 KB

LA DESCRIPTION

Vous ne vous reconnaissez plus, votre entourage non plus, tout a brûlé en vous. Epuisement physique, émotionnel et mental, le burn-out consume littéralement toutes vos énergies, vous laissant hébété, quelques connexions neuronales en moins, un zeste de cynisme en plus et votre vitalité en berne. Pour sortir du burn-out et ne pas rechuter, retrouver ses forces intérieures est la seule voie à suivre. Prévenir et permettre de se remettre d'un burn-out est tout l'enjeu de ce livre, qui vous aidera à adopter les bonnes stratégies pour recouvrer la sérénité. Un sujet de santé et de société. Dans ce livre, vous découvrirez des techniques de sophrologie à pratiquer à la maison, au bureau et celles d'urgence quand rien ne va plus.

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

>Librairie SATAS > Hypnose - Thérapies brèves - Psychologie > Psychothèmes > Dépression - Burn-out
> Trouver ses forces intérieures - Surmonter le stress et le ...

5 November, 7:30 PM - Switch House - Paris - France - A l'occasion de la sortie de l'essai Trouver ses forces intérieures, nous sommes ravis d'accueillir son auteur ...

Surmonter le stress et le burn-out, Trouver ses forces intérieures, Clémence Peix-Lavallee, Odile Jacob.
Des milliers de livres avec la livraison chez vous en 1 ...

TROUVER SES FORCES INTÉRIEURES ; SURMONTER LE STRESS ET LE BURN-OUT

[Lire la suite...](#)