

Mots clés: telecharger Vivre mieux au quotidien ; vittoz mode d'emploi pdf, Vivre mieux au quotidien ; vittoz mode d'emploi mobi, Vivre mieux au quotidien ; vittoz mode d'emploi epub gratuitement, Vivre mieux au quotidien ; vittoz mode d'emploi torrent, Vivre mieux au quotidien ; vittoz mode d'emploi lire en ligne.

Vivre mieux au quotidien ; vittoz mode d'emploi PDF

Gilbert Francis



Ceci est juste un extrait du livre de Vivre mieux au quotidien ; vittoz mode d'emploi. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



Auteur: Gilbert Francis
ISBN-10: 9782850086465
Langue: Français
Taille du fichier: 4140 KB

LA DESCRIPTION

je commence tout, je ne finis rien. j'oublie des choses importantes. je n'arrive plus à organiser mes idées. le portable, le fixe, les mails. les rendez-vous, les factures, les lettres manuscrites. je passe d'une chose à l'autre sans savoir l'importance à accorder à chacune. je me mets à faire une tâche anodine alors que ça fait des jours que je remets une démarche dont dépend mon avenir. je suis saturé(e). et si l'essentiel était de se re-poser ? les exercices de cet ouvrage utilisent la méthode vittoz.ils proposent de se sentir mieux dans sa peau ; vaincre le stress, être soi-même ; pouvoir et savoir s'affirmer ; se réaliser ; se respecter. ces exercices sont à réaliser dans son quotidien. ils invitent à découvrir sa créativité pour faire face avec sérénité aux réalités de la vie.

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Vivre mieux au quotidien - Vittoz mode d'emploi - Francis Gibert;Christiane Guyon-Gellin;Annick Leca -
Date de parution : 28/09/2006 - Chronique Sociale - Collection ...

Informations sur Vivre mieux au quotidien : Vittoz, mode d'emploi (9782850086465) de Francis Gilbert
et sur le rayon Psychologie pratique, La Procure.

Livre - je commence tout, je ne finis rien. j'oublie des choses importantes. je n'arrive plus à organiser mes
idées. le portable, le fixe, les mails. les rendez ...

VIVRE MIEUX AU QUOTIDIEN ; VITTOZ MODE D'EMPLOI

[Lire la suite...](#)