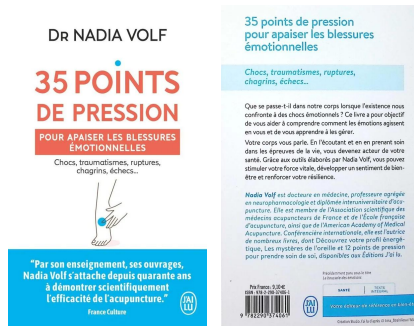


www.ravate.com



Description : Que se passe-t-il dans notre corps lorsque l'existence nous confronte à des chocs émotionnels ? Ce livre a pour objectif de vous aider à comprendre comment les émotions agissent en vous et de vous apprendre à les gérer. Votre corps vous parle. En l'écoutant et en en prenant soin dans les épreuves de la vie, vous devenez acteur de votre santé. Grâce aux outils élaborés par Nadia Volf, vous pouvez stimuler votre force vitale, développer un sentiment de bien-être et renforcer votre résilience.

Caractéristiques

Longueur :	11 cm
Largeur :	17.8 cm
Épaisseur :	2.3 cm
Poids :	298 g
Collection :	Bien-Être
Date de parution :	15/01/2025
Nombre de pages :	416 Pages
Éditeur :	J'ai Lu
Auteur(s) :	Nadia Volf
Distributeur :	Union Distribution
Diffuseur :	Flammarion diffusion
Support principal :	Poche
Infos supplémentaires :	Broché
Dewey :	615.892