



Sophrologie : 7 clés pour vivre son présent en harmonie

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Sophrologie : 7 clés pour vivre son présent en harmonie

Daniel Scimeca

Sophrologie : 7 clés pour vivre son présent en harmonie Daniel Scimeca

 [Télécharger Sophrologie : 7 clés pour vivre son présent en h ...pdf](#)

 [Lire en ligne Sophrologie : 7 clés pour vivre son présent en ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Sophrologie : 7 clés pour vivre son présent en harmonie Daniel Scimeca

287 pages

Présentation de l'éditeur

La sophrologie n'est pas seulement une technique de relaxation, elle installe dans le quotidien une nouvelle manière d'être et une nouvelle relation à soi et aux autres. La sophrologie agit vite et profondément. Découvrez dans ce livre très complet et accessible : les origines et les sources de la sophrologie, la méthode et ses applications pour la vie quotidienne, les exercices expliqués grâce à de nombreuses photos, les domaines d'application : santé et bien-être (anti-âge, douleur, asthme, obésité, pathologies lourdes, troubles psychologiques, sexualité) ; pédagogie et apprentissage ; confiance en soi, harmonie familiale et professionnelle. Les 7 clés de la sophrologie : respiration, posture et schéma corporel, mise en parenthèse du négatif, bonheur vital, valeurs, regard tridimensionnel, marche phronique. Biographie de l'auteur Daniel Scimeca est médecin, sophrologue, et président du Syndicat de la Médecine Homéopathique (SMH), directeur d'enseignement à la Société Médicale de Biothérapie (SMB), secrétaire Général de l'Union Collégiale des Chirurgiens, Médecins et Spécialistes Français (UCCMSF). Il est auteur de nombreux ouvrages, parmi lesquels Mal de tête, les vraies solutions, paru chez le même éditeur.

Download and Read Online Sophrologie : 7 clés pour vivre son présent en harmonie Daniel Scimeca

#32VOF48DLXB

Lire Sophrologie : 7 clés pour vivre son présent en harmonie par Daniel Scimeca pour ebook en ligne
Sophrologie : 7 clés pour vivre son présent en harmonie par Daniel Scimeca Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Sophrologie : 7 clés pour vivre son présent en harmonie par Daniel Scimeca à lire en ligne.
Online Sophrologie : 7 clés pour vivre son présent en harmonie par Daniel Scimeca ebook Téléchargement PDF
Sophrologie : 7 clés pour vivre son présent en harmonie par Daniel Scimeca Doc
Sophrologie : 7 clés pour vivre son présent en harmonie par Daniel Scimeca Mobipocket
Sophrologie : 7 clés pour vivre son présent en harmonie par Daniel Scimeca EPub

32VOF48DLXB32VOF48DLXB32VOF48DLXB