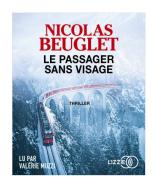
apprivoiser-la-douleur



Livre Audio

Auteur(s): Tosti, Grégory (Auteur)

Titre(s): Apprivoiser la douleur: 8 séances audio d'hypnose / Grégory

Tosti.

Editeur(s): Lyon: Lizzie: First, DL 2022. **Collection(s)**: (Les méthodes audio-pratiques).

Résumé: Installez-vous confortablement, laissez-vous guider par la voix d'un expert et prolongez votre écoute avec son livre compagnon! Sou? rez-vous d'une douleur chronique? Savez-vous que vous possédez toutes les capacités pour apprivoiser votre douleur? Avec la méthode sans contrainte proposée par Grégory Tosti, vous pourrez découvrir les mécanismes de défense face à la douleur, et comprendre comment l'apprivoiser pour un bien-être du corps et de l'esprit.

Notes: Texte intégral. Livre audio au format MP3.

Sujet(s): Hypnose Douleur: Médecines alternatives Hypnothérapie

Douleur : Médecines alternatives : Livres audio

Indice(s): L. Son. 616.047 2 Collation: 1 vol. (196 p.)1 CD MP3



Exemplaires

Support	Bib. actuelle	Section	Localisation	Situation	Cote	Date retour	Code barre
Livre Audio	Neufchâteau	Adultes	documentaire	En catalogage	L. Son.	-	088120005223
					616.047 2		42
					TOS		