



Auteur(s) : Cungi, Charly (Auteur)

Titre(s) : Savoir gérer son stress / Charly Cungi.

Editeur(s) : Paris : Retz, 2001.

Collection(s) : (Savoir communiquer).

Contient : Evaluer son stress. - Maîtriser ses émotions. - Positiver. - Manager son temps. - Affronter les difficultés. - Se construire une philosophie de vie.

Sujet(s) : Stress Angoisse Bien-être

Indice(s) : 152.46



Livre

Exemplaires

Corps Nuds Adulte

Documentai 152.46 CUNprêt normal En rayon
re

Livre
