



Réflexologie pour les débutants : réflexologie des pieds : appuyez, ça ira mieux ! / Sabounchian stefanie

Livre

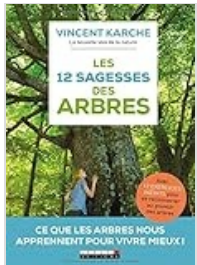
[Sabounchian Stefanie](#). Auteur

Edité par [First](#) - 2018

Profitez des nombreux bienfaits de la réflexologie grâce à ce guide pratique illustré !

Type de document	Livre
Description physiq..	1 vol. (128 p.) ; ill. en coul., couv. ill. en coul. ; 21 cm
Date de publication	2018
Cotes	• 613.79 SAB
Sections	Adulte
ISBN	978-2-412-03462-0
EAN	2-412-03462-0
Popularité	Document emprunté 1 fois ces 6 derniers mois
Sujets	• Santé, bien être
Classification	Médecine (V.P)
Centre d'intérêt	• réflexologie

[Plus d'informations...](#)



Les 12 sagesses des arbres / Vincent Karche

Livre

[Karche, Vincent](#). Auteur

Edité par [Leduc.s éd.. Paris](#) - 2017

Note • La couv. porte en plus : "ce que les arbres nous apprennent pour vivre mieux !"

Type de document	Livre
Langue	français
Description physiq..	1 vol. (191 p.) ; couv. ill. en coul. ; 21 cm
Date de publication	2017
Autre titre	• Les douze sagesses des arbres (Autre variante du titre)
Contributeurs	• Nicolet, Claire (1989-....). Illustrateur
Cotes	• 158 KAR
Sections	Adulte
ISBN	979-10-285-0492-2
EAN	9791028504922
Popularité	Document emprunté 1 fois ces 6 derniers mois
Sujets	• Arbre • Psychologie, Développement personnel
Classification	Psychologie

[Plus d'informations...](#)



Qu'est-ce qu'on attend pour vivre mieux ? / Dr Jean-Michel Cohen

Livre

Cohen, Jean-Michel (1958-....). Auteur

Édité par [First éditions. Paris](#) - 2017

Type de document	Livre
Langue	français
Description physiq..	1 vol. (303 p.) ; 21 cm
Date de publication	2017
Cotes	• 613 COH
Sections	Adulte
ISBN	978-2-412-01510-0
EAN	9782412015100
Sujets	• Habitudes sanitaires ☐ • Santé ☐
Classification	Médecine (V.P)

[Plus d'informations...](#)



A moi le bonheur ! : l'art de rayonner de l'intérieur / Laura Malina Seiler

Livre

Seiler, Laura Malina. Auteur

Édité par [Larousse. Paris](#) - 2018

Il est temps d'être heureux ! Oui, mais comment faire ? Comment rayonner de l'intérieur ? Comment profiter du moment présent et faire fi de ses angoisses ? Où trouver la formule magique de l'épanouissement personnel et professionnel à la fois ? Une excellente réponse à toutes ces questions se trouve dans l'ouvrage de la nouvelle prêtresse du développement personnel, Laura Malina Seiler.

Type de document	Livre
Langue	français
Description physiq..	1 vol. (283 p.) ; couv. en coul. ; 23 cm
Date de publication	2018
Liens	• Est une traduction de : Mögest du glücklich sein !
Cotes	• 158 SEI
Sections	Adulte
ISBN	978-2-03-595681-1
EAN	9782035956811
Popularité	Document emprunté 3 fois ces 6 derniers mois
Sujets	• bonheur ☐
Classification	Psychologie

[Plus d'informations...](#)



Bien vivre sa ménopause sans médicaments / Stéphanie Mezeraï / Pensa sophie

Livre

Edité par [Leduc.s éditions](#) - 2019

Type de document	Livre
Description physiq..	256 p ; 21 cm
Date de publication	2019
Collection	Sans médicament
Cotes	• 618.17 MEZ
Sections	Adulte
ISBN	979-10-285-1624-6
EAN	10-285-1624-6
Popularité	Document emprunté 1 fois ces 6 derniers mois
Classification	Médecine (V.P)

[Plus d'informations...](#)



Aromathérapie : pour se soigner au quotidien / Charier sylvie

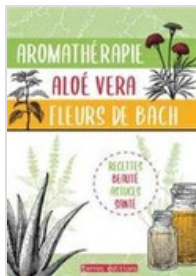
Livre

[Charier, Sylvie. Auteur](#) | [Docteur Valnet. Collaborateur](#)

Edité par [Marie-claire](#) - 2015

Note	• "des recettes aux huiles essentielles pour traiter 100 maux"
Type de document	Livre
Description physiq..	1 vol. (127 p.) ; ill. en coul., couv. ill. en coul. ; 20 cm
Date de publication	2015
Collection	Bien etre
Cotes	• 615.32 CHA
Sections	Adulte
ISBN	978-2-84831-882-0
EAN	2-84831-882-0
Popularité	Document emprunté 3 fois ces 6 derniers mois
Sujets	• Bien-être
Classification	Médecine (V.P)

[Plus d'informations...](#)



Aromathérapie, aloé vera, fleurs de bach

Livre

Collectif. Auteur

Edité par [Terres editions](#)

Type de document Livre
Description physiq.. 191 p ; 21 cm
Cotes • 615.32 ARO
Sections Adulte
ISBN 978-2-35530-297-8
EAN 2-35530-297-8
Sujets • [Santé, bien être](#)
Classification [Médecine \(V.P\)](#)

[Plus d'informations...](#)



Quelques huiles essentielles pendant ma grossesse? : de A comme allergie à V comme vergetures, les solutions efficaces et sans danger / Danièle Festy

Livre

[Festy, Danièle \(1944?-2018\).](#) Auteur

Edité par [Leduc.s Editions. Paris](#) - 2018

Type de document Livre
Langue français
Description physiq.. 1 vol. (271 p.) ; ill., couv. ill. en coul ; 21 cm
Date de publication 2018
Cotes • 618.2 FES
Sections Adulte
ISBN 979-10-285-1240-8
EAN 9791028512408
Sujets • [Aromathérapie](#) □
• [Grossesse](#) -- [Médecines parallèles](#) □
Classification [Médecine \(V.P\)](#)

[Plus d'informations...](#)



Le guide Terre vivante des huiles essentielles

Livre

[Couic-Marinier, Françoise \(1973-....\)](#). Auteur

Édité par [Terre vivante](#). Mens - 2020

[Voir la collection «Le Guide Terre vivant...»](#)

[Autres documents dans la collection «Le...»](#)

Note • Bibliogr. p. 449-455. Index

Type de document Livre

Langue français

Description physiq.. 1 vol. (477 p.) ; ill. en coul. ; 25 cm

Date de publication 2020

Collection [Le guide Terre vivante](#)

Autre titre • Huiles essentielles (Titre de dos)

Contributeurs • Touboul, Anthony. Collaborateur

Cotes • 615.32 COU

Sections Adulte

ISBN 978-2-36098-571-5

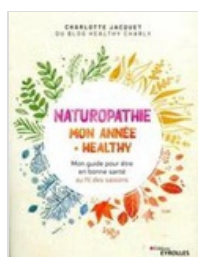
EAN 9782360985715

Popularité Document emprunté 1 fois ces 6 derniers mois

Sujets • [Huiles essentielles](#) □
• [Aromathérapie](#) □
• [huile essentielle](#)

Classification [Médecine \(V.P\)](#)

[Plus d'informations...](#)



Naturopathie : mon année + healthy

Livre

[Jacquet, Charlotte](#). Auteur

Édité par [Eyrolles](#) - 2021

Type de document Livre

Description physiq.. 223 p ; 23 cm

Date de publication 2021

Cotes • 615.32 JAC

Sections Adulte

ISBN 978-2-212-67905-2

Popularité Document emprunté 4 fois ces 6 derniers mois

Sujets • [Santé, bien être](#)

Classification [Médecine \(V.P\)](#)

[Plus d'informations...](#)



Huile essentielle lavande officinale : Apprendre à l'utiliser au quotidien

Livre

[Dufour, Anne \(1971-....\)](#). Auteur

Edité par [Leduc.s pratique](#) - 2020

Type de document Livre

Langue français

Description physiq.. 128 p ; 14 cm

Date de publication 2020

Cotes • 615.32 DUF

Sections Adulte

ISBN 979-10-285-1812-7

Popularité Document emprunté 1 fois ces 6 derniers mois

Sujets • [aromathérapie](#)

Classification [Médecine \(V.P\)](#)

[Plus d'informations...](#)



Les Finlandais sont des gens heureux

Livre

[Pantzar, Katja](#). Auteur

Edité par [Belfond](#) - 2019

Type de document Livre

Langue français ; anglais

Description physiq.. 196 p ; 23 cm

Date de publication 2019

Contributeurs • Roche, Daniel. Traducteur

Cotes • 613.79 PAN

Sections Adulte

ISBN 978-2-7144-7845-0

Popularité Document emprunté 1 fois ces 6 derniers mois

Sujets • [Santé, bien être](#)

Classification [Médecine \(V.P\)](#)

[Plus d'informations...](#)



Bouffées de chaleur : Briser le tabou de la ménopause

Livre

Stein, Miriam. Auteur | Bussek, Jenny. Traducteur

Edité par [la Découvert](#) - 2023

Type de document Livre

Langue français ; allemand

Description physiq.. 187 p. ; 21 cm

Date de publication 2023

Cotes • 305.4 STE

Sections Adulte

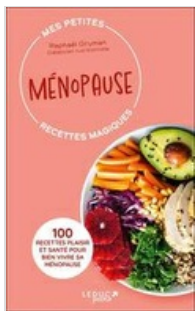
ISBN 978-2-35522-210-8

Popularité Document emprunté 1 fois ces 6 derniers mois

Sujets • [Femme // Société](#)

Classification [Sciences sociales](#)

[Plus d'informations...](#)



Mes petites recettes magiques : Ménopause

Livre

Gruman, Raphaël . Auteur

Edité par [Editions Leduc](#) - 2023

Type de document Livre

Langue français

Description physiq.. 190 p. ; 18 cm

Date de publication 2023

Cotes • 641.56 GRU

Sections Adulte

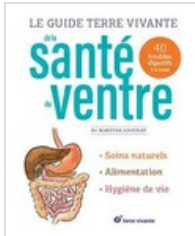
ISBN 979-10-285-2998-7

Popularité Document emprunté 1 fois ces 6 derniers mois

Sujets • [cuisine : recette](#)

Classification [Cuisine \(V.P\)](#)

[Plus d'informations...](#)



Le guide terre vivante de la santé du ventre : 40 troubles digestifs à la loupe

Livre

[Cotinat , Martine . Auteur](#)

Edité par [Terre vivante](#) - 2023

Type de document Livre

Langue français

Description physiq.. 317 p. ; 25 cm

Date de publication 2023

Cotes • 616.3 COT

Sections Adulte

ISBN 978-2-36098-510-4

Popularité Document emprunté 3 fois ces 6 derniers mois

Sujets • [Santé, Nutrition](#)

Classification [Médecine \(V.P\)](#)

[Plus d'informations...](#)



Vivre vieux, vivre mieux : Soins naturels pour les seniors

Livre

[Gauthier Sylvie. Auteur](#) | [Portier, Anne. Auteur](#)

Edité par [Terre vivante](#) - 2023

Type de document Livre

Langue français

Description physiq.. 251 p. ; 25 cm

Date de publication 2023

Contributeurs • Rérolle, Frédéric. Auteur

Cotes • 615.32 GAU

Sections Adulte

ISBN 978-2-36098-803-7

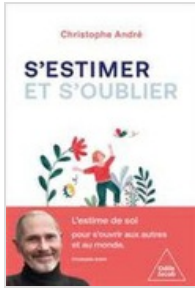
Popularité Document emprunté 4 fois ces 6 derniers mois

Sujets • [naturopathie](#)

Classification [Techniques](#)

[Plus d'informations...](#)





S'estimer et s'oublier

Livre

[André, Christophe.](#) Auteur

Edité par [Odile jacob](#) - 2024

Type de document Livre

Langue français

Description physiq.. 400 p ; 22 cm

Date de publication 2024

Cotes • 158 AND

Sections Adulte

ISBN 978-2-415-00750-8

Popularité Document emprunté 3 fois ces 6 derniers mois

Classification [Psychologie](#)

[Plus d'informations...](#)



121 astuces de sophrologie et autres petits bonheurs : 25 nouveaux exercices

Livre

[Binay, Florence.](#) Auteur

Edité par [Ed. le Souffle d'or](#) - 2024

Type de document Livre

Description physiq.. 197 p ; 20 cm

Date de publication 2024

Cotes • 613.79 BIN

Sections Adulte

ISBN 978-2-84058-919-8

Popularité Document emprunté 1 fois ces 6 derniers mois

Sujets • [sophrologie](#)

Classification [Médecine \(V.P\)](#)

[Plus d'informations...](#)



Le guide familial de la sophrologie

Livre

Quercron, Mélodie. Auteur

Edité par Mango - 2024

Note

- Principes de base et fondements. Plus de 50 exercices pour pratiquer au quotidien. Prévention et accompagnement pour tout la famille

Type de document Livre

Description physiq.. 255 p ; 24 cm

Date de publication 2024

Cotes

- 613.79 QUE

Sections Adulte

ISBN 978-2-317-03526-5

Popularité Document emprunté 1 fois ces 6 derniers mois

Sujets

- [sophrologie](#)

Classification [Médecine \(V.P\)](#)

[Plus d'informations...](#)

Export effectué le 03/03/2026 08:16:45