

Déployer son énergie sans disjoncter

Auteur(s) Druesne, Emmy (Auteur)

Titre(s) Déployer son énergie sans disjoncter [Texte imprimé] : Traité de développement personnel pour une vie riche sans s'épuiser / Emmy Druesne.

Editeur(s) ST JULIEN EN GENEVOIS : Editions Jouvence , DL 2023. ; ST JULIEN EN GENEVOIS : Editions Jouvence , DL 2023.

Résumé "Ce livre est une histoire de croisements. Entre des personnes qui veulent des réponses et une coach qui aime poser des questions". Vous avez un emploi valorisant, une vie riche d'expériences et de rencontres. De l'extérieur, vous menez votre quotidien tambour battant. A l'intérieur, en revanche, c'est une autre affaire. Vous oscillez entre surrégime et sous-régime, c'est épuisant. Vous aspirez à quelque chose de différent, à plus de sérénité, de paix, de compassion vis-à-vis de vous-même. Bref, vous rêvez d'une vie dense, mais qui ne vous épuise pas ! Ce livre vous mettra sur la voie : il présente les différentes énergies qui nous animent (physique, émotionnelle, mentale, spirituelle, relationnelle, d'équipe) et propose des pistes de réflexion sur nos modes de fonctionnement. Des conseils pratiques vous aideront à modifier consciemment vos façons d'être et de faire. Un seul objectif : être plus à votre service et créer enfin les changements que vous souhaitez dans votre vie personnelle et professionnelle.

Paru sous autre support : Déployer son énergie sans disjoncter. Traité de développement personnel pour une vie riche sans s'épuiser .

<https://www.base-orb.fr/product/9782889701674/show/> .

Sujet(s) Réalisation de soi

Indice(s) 158.1 ;

VP ;

Vie pratique ;

VP100 ;

Développement personnel ;

VP101 ;

Bien dans sa tête

Lien : [https://products-images.di-](https://products-images.di-static.com/image/orb-9c5461b65d94e11516742d5bfef5b6f9/9782889537761-475x500-1.jpg)

[static.com/image/orb-9c5461b65d94e11516742d5bfef5b6f9/9782889537761-475x500-1.jpg](https://products-images.di-static.com/image/orb-9c5461b65d94e11516742d5bfef5b6f9/9782889537761-475x500-1.jpg)

Exemplaires

Support	Livre
Situation	En rayon
Bib. actuelle	LECTOURE
Code barre	03208000050076
Genre	Documentaire
Cote	158.1 DRU