



Parution : 17/09/21

Format : 15,5 x 24 cm

272 pages

ISBN : 978-2-343-23705-3

28 €

Egide ALTENLOH est psychologue clinicien, psychotérapeute formé aux thérapies de 3e vague.

Gilles FAVRO effectue des travaux de recherche sur l'intégration du corps, du mouvement, des émotions dans la prise de décision, l'engagement et la coopération.

RESPIRE

Je bouge, donc je pense

Je respire, donc je suis

Egide Altenloh, Gilles Favro

Préface de Nicole Giraud-Cabanès et

Richard Richard

A l'aide de mises en situation, d'outils, d'entraînements, de témoignages, et de résultats de recherche innovants, *RESPIRE* nous fait voyager dans les différentes dimensions de ce qui fait une vie humaine, avec ses richesses et ses épreuves. Le mouvement, la sensorialité, la relation à soi et aux autres et l'environnement dans lequel tout cela se réalise sont au cœur de cet ouvrage.

Contact

promotion & presse

Juliette Sarfati
01 40 46 79 27
juliette.sarfati
@harmattan.fr

Harmattan

Édition - Diffusion

5-7, Rue de l'École
Polytechnique
75005 Paris

Tel. : 01 40 46 79 20
Fax : 01 43 25 82 03

Suivre les

Éditions L'Harmattan

www.editions-harmattan.fr

