

[L]' éloge de la solitude

Auteur(s) Aïache, Véronique (Auteur)

Titre(s) [L]' éloge de la solitude : 1.001 bonnes raisons d'aimer sa compagnie / Véronique Aïache.

Editeur(s) Paris : Flammarion , 2020.

Résumé Après avoir exposé les raisons d'aimer la solitude, l'auteure donne des conseils pour s'initier à l'art d'être seul. Celui-ci permet le recueillement du corps ainsi que de l'esprit en renouvelant son rapport au monde et en se reconnectant à l'essentiel.

Notes Bibliogr. - Tout public.

Sujet(s) Solitude : Psychologie

Indice(s) 158

Exemplaires

| | |
|--------------|-----------------|
| Utilisation | prêt normal |
| Support | Livre |
| Bibliothèque | Château-Gontier |
| Section | Espace travail |
| Localisation | Documentaire |
| Cote | 158 AIA |
| Situation | en rayon |
| Date retour | |