



## **Habiter son corps - Découvrir son être Vittoz, une méthode, une psychothérapie**

Auteur : Michelle Bussillet

Éditeur : Chronique sociale

Une meilleure gestion de sa vie quotidienne par un approfondissement de son mode de fonctionnement. Une connaissance de soi et de son rapport aux autres, à l'environnement.

©<http://www.ecole-et-relaxation.com/html/livres-relax-liste.html>