

Livre

Auteur(s) : Pons, Nelly (Auteur) ;Bernos, Pome (1978-...) (Illustrateur)

Titre(s) : Choisir de ralentir [Texte imprimé] / Nelly Pons ; illustrations de Pome Bernos.

Editeur(s) : Arles : Actes Sud ; [Paris] : "Kaizen", DL 2017 (impr. au Portugal). ; Arles : Actes Sud ; [Paris] : "Kaizen", DL 2017. ; impr. au Portugal.

Collection(s) : (Je passe à l'acte).

Résumé : Dans sa quête du toujours plus, le monde moderne nous plonge dans la frénésie. Une course folle dont le pendant est un inéluctable épuisement : de la planète, de ses ressources naturelles, mais aussi des hommes. Face à ce constat, une parade : ralentir. Présenté ici comme une réponse, ralentir est bien plus qu'un simple outil au service de notre bien être. C'est un art de vivre, qui nous invite à reprendre le pouvoir sur nos existences : une démarche consciente, qui se décide, se transmet et s'apprend.

Notes : Bibliogr. p. 59-60.

Sujet(s) : Lenteur Qualité de la vie Modes de vie



Exemplaires

Bibliothèque	Espace	Emplacemen t	Support	Cote	Utilisation	Situation	Date de retour	Consultation
Saint-Corneille	Adulte		Livre	158.1 PON	Prêt normal	Transit retour		