

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	Emplacement	Support	Cote	Utilisation	Situation	Date de retour	Consultation
Saint-Corneille	Adulte		Livre	158.1 PON	Prêt normal	Transit retour		