

CABINET
VALSANTÉ



Le calme retrouvé ou se soigner par la relaxation

Grégoire Imbach

Avec un CD d'entraînement

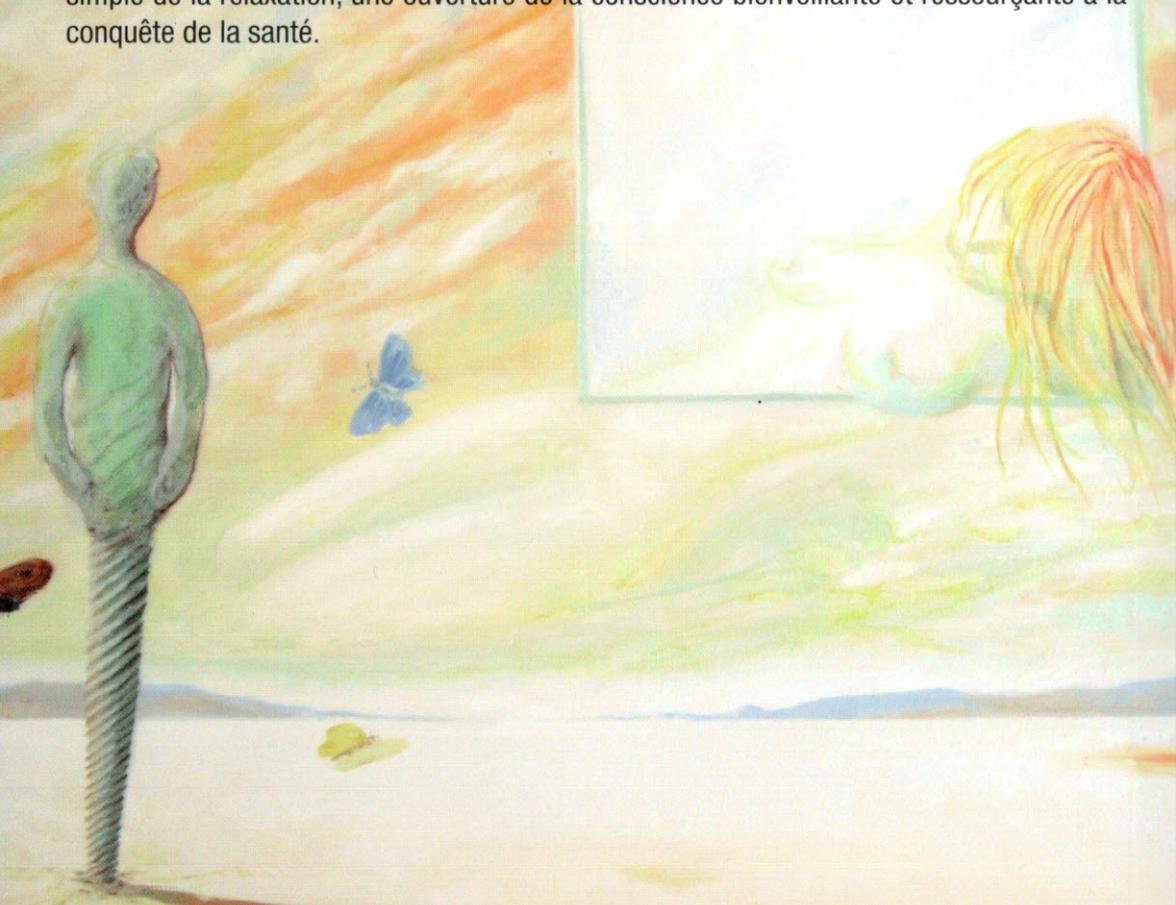
EDITIONS
à la CARTE
SA

J. Mala

LE CALME RETROUVÉ

(Avec un CD d'entraînement)

Ce premier livre d'une trilogie s'ouvre comme un triptyque sur la découverte des mécanismes de relaxation qui nous habitent mais qui sont malheureusement inexploités. L'auteur, Grégoire Imbach, physiothérapeute, sophrologue et enseignant en relaxation, est un ancien chef du service de physiothérapie à l'hôpital de Brigue, puis directeur du service des soins à Thermalp les bains d'Ovronnaz, et actuellement responsable du cabinet Valsanté SA à Sion, un centre de santé regroupant physiothérapie, diététique, sophrologie et formations pratiques en relaxations physique et psychique. Il vous invite dans ce premier ouvrage à vivre son parcours découverte de la détente, mais surtout vous montre un apprentissage simple de la relaxation, une ouverture de la conscience bienveillante et ressourçante à la conquête de la santé.



A paraître deux autres ouvrages:

- La sophrokinésithérapie, un outil pour la guérison du corps et de l'esprit
- A la conquête de la santé par la vie de tous les jours