

COMMUNIQUE DE PRESSE

Découvrez la voie qui va transformer positivement votre existence grâce au petit dictionnaire des thérapies : les méthodes essentielles pour une vie épanouie.

Parce qu'il n'est pas toujours facile de s'y retrouver dans le nébuleuse des thérapies et des méthodes de développement personnel, Laurent Bertrel présente dans son nouveau livre cinquante méthodes permettant de vivre mieux.

Munich, le 02.09.2011 : aujourd'hui sort le sixième livre de Laurent Bertrel.

De Acupuncture à Zen en passant par l'analyse transactionnelle, l'art-thérapie, le chamanisme, le coaching, le Feng shui, les fleurs de Bach, la Gestalt thérapie, l'hypnose, la Kinésiologie, le magnétisme, les différents massages (californien, chinois, thaï, japonais...), la méditation, la naturopathie, la phytothérapie, le Pilates, la PNL, la psychanalyse, la psychothérapie, le Qi gong, le Reiki, la relaxation, la réflexologie, la sophrologie, le yoga, etc., [ce petit dictionnaire](#) décode en quelques mots les méthodes essentielles qui changent la vie.

Un outil d'apprentissage théorique et un guide pratique

L'auteur nous explique : « *Il existe beaucoup de moyens de se soigner ou tout simplement permettant de mieux vivre. Comme il n'est pas toujours facile de s'y retrouver dans la nébuleuse des thérapies et des développements personnels, j'ai voulu réaliser un recueil des voies les plus efficaces pour transformer positivement son existence. Et pour ne pas noyer le lecteur dans un flot de propositions, j'ai limité à cinquante le nombre des méthodes présentées. Chacun va donc pouvoir repérer facilement et rapidement la méthode qui semble lui correspondre avant de trouver un thérapeute ou un centre de formation grâce à des informations théoriques et pratiques.* »

En effet, afin de faciliter la recherche, le lecteur de ce dictionnaire des thérapies va pouvoir trouver après la présentation de chaque méthode :

- des informations pratiques comme par exemple la formation du praticien ou la durée et le prix d'une séance,
- des contacts pour trouver un thérapeute ou un centre de formation,
- une liste d'ouvrages rédigés par des spécialistes et parfois par les créateurs eux-mêmes.

A propos du livre



EAN : 9782351850961

Année : 2011

Auteur : Laurent Bertrel

Editeur : Le Temps Présent

Distributeur : DG Diffusion

Disponibilité : 01 septembre 2011

Dimensions : 15.7 x 22

Nombre de pages : 138

Prix : 13 euros

A propos de l'auteur

[Laurent Bertrel](#) est formateur, coach, auteur d'une vingtaine d'ouvrages (livres, CD, DVD et formation à distance) et professeur d'arts martiaux.

Il travaille entre la France et l'Allemagne depuis 2002 et est maître praticien PNL, coach certifié, sophrologue-relaxologue, praticien en hypnose ericksonienne, maître Reiki et ceinture noire d'Aikido, de Iaido et de Jodo. Il est également le fondateur d'agoracademie.com

Pour plus d'informations : Laurent Bertrel - 09 70 447 437 - laurent@agoracademie.com