



Nom : ..... Prénom : .....  
Institution / Société : ..... Profession : .....  
Adresse : .....  
Code Postal : ..... Ville : ..... Pays : .....  
Tél. : ..... E-mail : .....

TITRE(S)		CD	Prix public à l'unité	Quantité	Prix total	
Pour les professionnels, les guidances des CD sont envoyés par courriel sur simple demande						
Relaxation, méditation & équilibre psychologique	Manuel n°1 <b>Relaxations et principes d'équilibre</b>	1CD	18€	.....	..... €	
	Manuel n°2 <b>Se libérer du tabac</b>	1CD	17€	.....	..... €	
	2 <sup>ème</sup> édition Manuel n°3 <b>Vers un meilleur sommeil</b>	2CD	25€	.....	..... €	
	2 <sup>ème</sup> édition Manuel n°4 <b>Mincir et manger sereinement</b>	2CD	25€	.....	..... €	
	Manuel n°5 (2 <sup>ème</sup> édition) <b>Sérénité et efficacité • L'équilibre, en apprivoisant le stress</b>	CD MP3	26€	.....	..... €	
	Manuel n°6 (suite du n°1) <b>Confiance et apaisement • Mieux gérer soucis et inquiétudes</b>	1CD	19€	.....	..... €	
	Manuel n°7 <b>Retrouver le goût de la vie • Sortir d'une période dépressive - Réédition en 2020</b>	1CD	19€	.....	..... €	
	Manuel n°8 <b>Mieux communiquer</b>	1CD	19€	.....	..... €	
	Manuel n°9 (suite du n°8) <b>Aisance et audace • Mieux gérer trac, timidité et anxiété sociale</b>	1CD	19€	.....	..... €	
	Manuel n°10 (suite du n°8) <b>Patience et contentement • Transformer la colère</b>	1CD	19€	.....	..... €	
	<b>Pour quatre livres achetés, le moins cher est offert</b> <b>Collection complète : (Sauf n°7) 132€ au lieu de 187€ : Les manuels 2, 6 et 10 sont offerts</b>			132€	.....	..... €
De la relaxation à la méditation	n° 1 : De la détente musculaire au lâcher prise. Vers une vie sereine et détendue	1CD	18€	.....	..... €	
	n° 2 : Conscience corporelle. Relaxations, résonnances au monde, estime de soi.	1CD	18€	.....	..... €	
	n° 3 : Soins psychosomatiques. Du training de Schultz aux soins du corps par l'esprit.	1CD	18€	.....	..... €	
	n° 4 : Se relaxer par la respiration. Et libérer la vie en soi.	1CD	18€	.....	..... €	
	n° 5 : Relaxations psychosensorielles / visualisations sophrologiques. Enrichir, réinventer sa vie.	1CD	18€	.....	..... €	
	n° 6 : Relaxations en mouvement. Pratiques de non-agir en pleine conscience. (1 acheté, 1 Offert)	1CD	18€	.....	..... €	
	Fascicule n°7 : Initiation aux visualisations Taoïstes et sourire intérieur	2CD	25€	.....	..... €	
	Fascicule n°8 : Initiation au Yoga Nidra, pleine conscience guidée et yoga du rêve	2CD	25€	.....	..... €	
	<b>Voyages au pays de la conscience : 24 expériences pour nourrir et comprendre notre conscience</b>			10€	.....	..... €
	<b>L'évitement expérientiel. Intérêt du concept en sophrologie et mindfulness</b>			9€	.....	..... €
	<b>Les psychotropes. Connaissances utiles aux praticiens (Offert au premier achat)</b>			2€	.....	..... €
	Frais de port France métropolitaine	1 livre	2 livres	3 livres	4 livres et plus	+..... €
+ 4€		+ 5€	+ 6€	+ 7€		
<b>BDC Général • TOTAL (€ TTC)</b>					..... €	

À renseigner impérativement : Souhaitez vous recevoir une facture ? Oui  Non   
Souhaitez-vous être tenu au courant de nos prochaines parutions ? Oui  Non   
Paiement : Chèque à l'ordre de Les Jardins d'Oumaï (à joindre à votre commande)  
Date et signature obligatoires : ...../...../.....