

| | |
|-------------------------|---|
| 1. Record Nr. | UNINA9910157366903321 |
| Autore | Barnes Anna |
| Titolo | How to be calm // Anna Barnes |
| Pubbl/distr/stampa | Chichester, England : , : Summersdale Publishers Ltd, , 2016 ©2016 |
| ISBN | 1-78372-704-7 |
| Descrizione fisica | 1 online resource (160 pages) : color illustrations |
| Disciplina | 155.9042 |
| Soggetti | Stress management Calmness |
| Lingua di pubblicazione | Inglese |
| Formato | Materiale a stampa |
| Livello bibliografico | Monografia |