



## Relájate y disfruta de la vida: claves para prevenir y combatir el estrés /

Casas Hilari, Miquel

Arguval,  
2002

Monografía

<https://rebiunoda.pro.baratznet.cloud:38443/OpacDiscovery/public/catalog/detail/b2FpOmNlbGVicmF0aW9uOmVzLmJhcmF0ei5yZW4vMTMwNzQyOTE>

---

**Título:** Relájate y disfruta de la vida claves para prevenir y combatir el estrés Miquel Casas Hilari

**Edición:** 2ª ed

**Editorial:** Málaga Arguval 2002

**Descripción física:** 147 p. il. 16 cm

**Mención de serie:** Guías prácticas de educación y psicología 5

**Bibliografía:** Bibliografía: p. [149-150]

**Copyright/Depósito Legal:** MA 803-2002

**ISBN:** 84-89672-94-6

**Materia:** Estrés (Psicología) Control

---

### Baratz Innovación Documental

- Gran Vía, 59 28013 Madrid
- (+34) 91 456 03 60
- informa@baratz.es