

BIEN-ÊTRE

Pourquoi la dépression ? comprendre pour agir avec efficacité !

De plus en plus de personnes traversent des périodes de « déprime » . Mais au fait, c'est quoi la dépression ?

Car comment bien agir et répondre à cette situation si nous ne savons pas ce que c'est ? Ni psychologique ni simplement un problème de neurotransmetteurs , la dépression est un phénomène physiologique simple et qui pourtant est rarement expliqué ...

Au coeur de la dépression, comprendre pour agir efficacement !

<http://regenere.org/>

Vous pouvez partager ce texte à condition d'en respecter l'intégralité et de citer la source: <http://elishean.fr/aufeminin>