

Ressources pour les exercices de respiration

La pleine conscience

<https://www.ulaval.ca/mon-equilibre-ul/unite-mobile/la-pleine-conscience.html>

<http://medecine.umontreal.ca/communaute/les-etudiants/bureau-des-affaires-etudiantes-vie-facultaire-et-equilibre-de-vie/essence/>

La cohérence cardiaque

<http://macoherencecardiaque.fr/videos/david-servan-schreiber/>

Applications pour téléphone cellulaire

<https://www.petitbambou.com/>

<http://www.passeportsante.net/fr/audiovideobalado/Balado.aspx>

<http://www.gratuiciel.com/telecharger/respirelax-ios-56610.html>