

PSYCHOLOGIES

AGIR SUR SA VIE

Marc
Lavoine

*“Je ne suis pas
un adulte”*

- Apprendre à parler en public
- Burn-out, gare au déni !
- L'altruisme efficace selon Peter Singer
- Vaincre ses peurs avec la méthode Tipi
- David Séchan, le jumeau de Renaud témoigne
- Et si vieillir était désirable ?

L'ATELIER DU MOI

Aidez votre enfant à avoir confiance en lui

+

15 conseils
antifatigue

DOSSIER **SURMONTER**
LES SÉPARATIONS