



Livre

Auteur(s) : Luyé-Tanet, Laurence (Auteur du texte)

Titre(s) : Votre bonheur à portée de main [Texte imprimé] : Les clés pour déverrouiller votre vie / Laurence Luyé-Tanet.

Editeur(s) : Malakoff : Dunod, 2022. ; 00- : Impr. CHIRAT IMPRIMERIE.

Collection(s) : (Hors Collection).

Résumé : Aller de l'avant, dépasser nos défis, ne pas nous laisser « plomber » par les tracas du quotidien. Car la simple grinchomanie peut grignoter notre bonheur et nous gâcher la vie. Avec humour, Laurence Luyé-Tanet nous invite à prendre du recul et à reconsidérer notre « négative attitude ». Sans nous condamner, ni nous culpabiliser, elle nous fait prendre conscience du problème et nous donne des pistes faciles à mettre en oeuvre pour nous ouvrir à la vie et développer notre bonheur. Grâce à ce grincho-book et ses grincho-fiches, osez dépasser vos freins et cultiver votre bien-être. Ou comment garder la juste mesure d'une grinchomanie qui ne sclérose ni vos relations, ni vos aspirations, ni vos rêves, et rester positif et bien vivant ! .

Sujet(s) : Bonheur Réalisation de soi

Indice(s) : 158.1



Exemplaires

Code-barres	Support	Public	Cote	Situation	Nbre de réservations
*6439580064	Livre	Adulte	D 158.1 LUY	Sorti	0