



à lire aussi...



◆ **J'AMÉLIORE MES RELATIONS AU TRAVAIL**

Reprenez les rênes de vos relations professionnelles avec ce cahier d'exercices! Vous croyez avoir votre libre arbitre pour penser et agir? Pourtant 5 « drivers » peuvent vous diriger à votre insu dans des réactions et interactions au travail. Toutes les clés pour en prendre conscience et réagir.

Catherine Leclercq et Xavier Cornette de Saint Cyr

Éditions Jouvence
Prix : 5,70 €



◆ **OSEZ... ÇA CHANGE TOUT!**

Changer de carrière ou de pays, entamer une conversation difficile avec un proche ou son patron, acquérir de nouvelles compétences, lancer ou au contraire abandonner un projet... Les changements positifs auxquels nous invite la vie constituent souvent des défis. Comment braver les risques, résister à la pression, dépasser les difficultés, les doutes, les découragements?...

Pierre Portevin et Daniel Kerrigan

Éditions Le Souffle d'Or
Prix : 14 €



◆ **LA CUISINE BIO DU QUOTIDIEN**

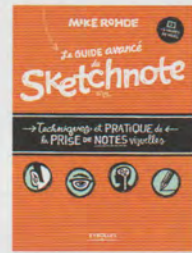
On entend souvent dire que le bio est cher et donc inapplicable au quotidien. Marie Chioca prouve le contraire grâce à cet ouvrage. Des astuces précieuses pour bien faire les courses, composer des menus équilibrés et gourmands et éviter le gaspillage. 100 recettes, classées par saison, pour un budget raisonnable!

Marie Chioca

Éditions Terre Vivante
Prix : 22 €

◆ **LE GUIDE AVANCÉ DU SKETCHNOTE**

Vous ne savez pas dessiner? Ce n'est pas un problème! Mike Rohde vous montre comment prendre des notes en utilisant des formes et des techniques de lettrage simples. Découvrez de nouvelles manières d'utiliser vos compétences de prise de notes visuelles.



Mike Rohde

Éditions Eyrolles - Prix : 25 €

◆ **MOI, MOI ET MOI**

Parmi les personnalités toxiques qui nous entourent et nous empoisonnent la vie, les narcissiques sont les plus insupportables... Moins médiatisés que les pervers, leur profil nous échappe souvent, et nous ne savons pas comment les remettre à leur place et éviter de devenir leurs gentils faire-valoir. Suivez le guide!



Hélène Vecchiali

Éditions Marabout - Prix : 15,90 €

◆ **LAGÔM**

Lagôm, le nouveau hygge! Trouvez l'équilibre de vie qui est fait pour vous avec la nouvelle tendance scandinave de 2017. Le lagôm : un mode de vie qui célèbre la justice, la modération et le fait de se satisfaire de ce que l'on a. Il ne s'agit pas de vivre avec peu ou trop, le but est juste que tout soit aux bonnes proportions.



Lola A. Akerstrom

Éditions Marabout - Prix : 12,90 €

ARNAUD RIOU

Les nouveaux sages

ou comment nous réinventons le monde



Harmonie SOLAR

LES NOUVEAUX SAGES

Notre vieux monde construit autour de la souffrance au travail, de la compétition, de la réussite individuelle et du matérialisme semble toucher à ses limites... et le monde de l'entreprise n'en mesure pas toujours l'ampleur. Jamais les citoyens n'ont été aussi créatifs qu'aujourd'hui pour réinventer d'autres formes de vivre ensemble. Peut-on faire cohabiter le cœur et les affaires? L'économie et la conscience? Les entreprises et la sagesse? La méditation et les décideurs? Arnaud Riou nous livre un regard original sur la place que la sagesse peut prendre dans notre société.

Arnaud Riou

Éditions Solar
Prix : 18,90 €