

Se libérer de la charge mentale PDF

Laurence Bourgeois



Ceci est juste un extrait du livre de Se libérer de la charge mentale. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



Auteur: Laurence Bourgeois
ISBN-10: 9782212569599
Langue: Français
Taille du fichier: 2499 KB

LA DESCRIPTION

"Rosita venait d'avoir quarante ans et ses deux fois vingt bougies lui avaient craché au visage que le compte à rebours allait commencer et qu'il était temps d'en profiter. En profiter ? Mais comment ? Elle qui, chaque matin, attaquait sa journée par une course vertigineuse, où chacun de ses gestes était parfaitement orchestré, chronométré, réglé au dixième de seconde près !" Derrière Rosita se dresse le portrait de toutes les femmes actives du XXI^e siècle, atteintes d'un mystérieux syndrome : l'association d'une formidable aptitude à tirer sur la corde mêlée à une incapacité totale à tirer la sonnette d'alarme. A râler de devoir tout gérer, sans jamais solliciter de soutien. A déplorer de mener une vie à mille à l'heure, tout en continuant d'appuyer sur l'accélérateur. Quels sont les autres symptômes associés à ce syndrome ? Pourquoi apparaissent-ils ? Comment les soulager ? Autant de pistes creusées par Laurence Bourgeois à travers un parcours thérapeutique d'une semaine visant à faire... Lire la suite définitivement tomber votre panoplie de bonne à tout faire.

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

La charge mentale, qu'est-ce que c'est ? Quand j'étais petite, j'avais Mémé comme conseil, femme qui a vécu centenaire. Devant le changement de société ...

Gratuits Se libérer de la charge mentale - Une semaine pour guérir du syndrome de Rosita Author: Laurence Bourgeois Publish Date: 31/05/2018 Amazon.fr - Se libérer ...

En tant que maman vous êtes celle qui pensez, prévoyez et planifiez ce qui est nécessaire pour le bon fonctionnement de votre famille? Cette charge pèse lourd sur ...

SE LIBÉRER DE LA CHARGE MENTALE

[Lire la suite...](#)