

PSYCHOLOGIES

AGIR SUR SA VIE

Jean-Louis
Aubert

“Je crois toujours que les choses vont s'améliorer”

- **Changer de métier :**
par où commencer
- **Âmes sœurs,**
le choc des retrouvailles
- **Famille recomposée**
Nos conseils pour
bien vivre ensemble
- **Baptiste Beaulieu,**
un médecin en colère



THÉRAPIE
Soigner
son anxiété
sur Internet

MARCHER
Un art
tranquille
du bonheur

DOSSIER

**CHOISIR L'OPTIMISME
CHANGE LA VIE**