

Présentation par l'éditeur, AFNOR EDITIONS

"Se construire un moral gagnant"

de Jean-Marc Gandy
et Françoise Faure



L'originalité de l'ouvrage *Se construire un moral gagnant* est d'être rédigé par un conseiller en management et une kinésithérapeute. C'est ainsi qu'à la question « comment aller mieux ? », il nous offre une double série de réponses : mentales et physiques. Avec de véritables et profitables petits exercices à réaliser. Sans se prendre la tête.

Précis et bien documentés, les auteurs ont su ne pas tomber dans le travers des solutions pseudo-scientifiques qui transforment la recherche du bonheur en chemin de croix.

Ils réussissent ici à nous faire intégrer une très belle perspective : chacun de nous est dans un apprentissage permanent de la vie. C'est pourquoi ce livre mérite d'être lu...et relu !

Editions Afnor "Solutions pour" – 196 pages- Prix : 27.20 €.
Disponible en librairie et sur www.boutique.afnor.org