



## **Petit cahier d'exercices et astuces pour se faire des ami(es) et développer ses relations**

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Petit cahier d'exercices et astuces pour se faire des ami(es) et développer ses relations

*Odile Lamourère, Jean Augagneur*

**Petit cahier d'exercices et astuces pour se faire des ami(es) et développer ses relations** Odile Lamourère, Jean Augagneur

 [Télécharger Petit cahier d'exercices et astuces pour se f ...pdf](#)

 [Lire en ligne Petit cahier d'exercices et astuces pour se ...pdf](#)

## **Téléchargez et lisez en ligne Petit cahier d'exercices et astuces pour se faire des ami(es) et développer ses relations Odile Lamourère, Jean Augagneur**

---

64 pages

Présentation de l'éditeur

Comment se faire des amis et mieux communiquer ? Il est actuellement courant de se retrouver isolé de son milieu d'origine. Or, si la vie amoureuse, de couple et de famille est importante, avoir une vie sociale est indispensable à notre équilibre. Pour avoir accompagné beaucoup de « solistes » depuis vingt ans, j'ai pu constater que vivre seul est possible, mais que vivre isolé est source de mal-être. Il se trouve que la plupart des adultes ont du mal à créer, à recréer un réseau convivial, à ouvrir la porte à des amis choisis par affinités. Pour cela, il faut avoir la chance d'avoir été élevé dans un milieu ouvert et non confiné ainsi que de trouver en soi les moyens psychologiques et concrets de faire des rencontres nouvelles pour choisir ceux dont on va s'entourer positivement. Si ces capacités sont enfouies, oubliées ou inconnues, il est possible de les découvrir, de les apprendre. C'est ce que ce Petit cahier va vous permettre grâce à des exercices, des pistes et ces trucs et astuces malins pour vous faire des ami(es). On a toujours plus de forces et d'atouts qu'on ne le croit! Biographie de l'auteur

Odile Lamourère, conseillère conjugale, formée en Gestalt-thérapie a orienté sa formation vers le coaching, l'information et le soutien des personnes vivant seules. Sa mission depuis 25 ans : Accompagner les " solistes " démunis vers un mode de vie convivial, sans s'isoler, ou/et une relation amoureuse harmonieuse.

Spécialiste des relations hommes/femmes, elle a déjà publié Séduire une femme à coup sûr..., Séduire un homme à coup sûr..., ainsi qu'un livre sur les nouvelles grands-mères, La mamie attitude parus aux Editions Jouvence.

Download and Read Online Petit cahier d'exercices et astuces pour se faire des ami(es) et développer ses relations Odile Lamourère, Jean Augagneur #HLJA64BKZX5

Lire Petit cahier d'exercices et astuces pour se faire des ami(es) et développer ses relations par Odile Lamourère, Jean Augagneur pour ebook en ligne Petit cahier d'exercices et astuces pour se faire des ami(es) et développer ses relations par Odile Lamourère, Jean Augagneur Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Petit cahier d'exercices et astuces pour se faire des ami(es) et développer ses relations par Odile Lamourère, Jean Augagneur à lire en ligne. Online Petit cahier d'exercices et astuces pour se faire des ami(es) et développer ses relations par Odile Lamourère, Jean Augagneur ebook Téléchargement PDF Petit cahier d'exercices et astuces pour se faire des ami(es) et développer ses relations par Odile Lamourère, Jean Augagneur Doc Petit cahier d'exercices et astuces pour se faire des ami(es) et développer ses relations par Odile Lamourère, Jean Augagneur Mobipocket Petit cahier d'exercices et astuces pour se faire des ami(es) et développer ses relations par Odile Lamourère, Jean Augagneur EPub

**HLJA64BKZX5HLJA64BKZX5HLJA64BKZX5**