



Livre

**Auteur(s)** : Davant, Sophie (1963-...) (Auteur) ;Fauré, Christophe (Collaborateur)

**Titre(s)** : Il est temps de choisir sa vie ! / Sophie Davant ; avec la collaboration de Christophe Fauré.

**Editeur(s)** : Paris : Albin Michel, DL 2017.

**Résumé** : Comment supporter les blessures de la vie : un divorce, la perte d'un être cher, la maladie, un échec professionnel ? Où puiser la force de surmonter ces épreuves ? Avec la sincérité et la bienveillance qui ont fait le succès de Ce que j'ai appris de moi, Sophie Davant nous invite à découvrir nos multiples ressources intérieures : celles qui lui ont permis de rebondir face aux difficultés. Et qui vous donneront la force d'avancer. Comment tirer le meilleur de nous-mêmes ? En laissant s'exprimer nos fragilités au lieu de les condamner : car choisir d'être soi, c'est choisir sa vie.

**Sujet(s)** : Réalisation de soi : Récits personnels

**Indice(s)** : 158.1

**Collation** : 1 vol. (223 p.). 20 cm



## Exemplaires

Support	Bib. actuelle	Section	Localisation	Situation	Cote	Date retour	Code barre
Livre	Chatenois	Adultes	documentaire	En rayon	158.1 DAV		088120002978 61