

GÉRARD LANVIN

“Je suis vieux,
mais, à l'intérieur,
j'ai 12 ans”

TEST

Couple :
êtes-vous
prêt à vous
engager ?

Manger seul
et sans
complexes

Les phrases
assassines de nos profs

DOSSIER

Dans le tourbillon de la rentrée

RETROUVER DU TEMPS

+ Test : Quel est votre biorythme ?

TRAVAIL

J'ai trouvé
ma voie
grâce à
Aristote

Pourquoi
se tatouer sur
le tard

Existe-t-il
un inconscient
féminin ?

M 01751 - 343 - F: 4,00 € - RD



>>> L'IMTC propose une formation accessible à tous et certifiante (diplôme français de médecine traditionnelle chinoise). Qi gong, diététique et un module d'acupuncture sur chiens et chevaux sont en option. Le cycle complet dure quatre ans et comporte des cours d'acupuncture, de massage thérapeutique et de pharmacopée. Il peut être suivi par un cursus d'études approfondies comprenant un stage clinique en Chine.

Toute l'année, à Paris, Avignon, Bordeaux et Toulouse.
Rens. : 04 90 03 72 50 et imtc.fr.

Devenir sophrologue

Professeure de danse avant de devenir sophrologue et de se spécialiser dans les risques psychosociaux et le mieux-être au travail, Aurélie Lamy est passionnée par la transmission de l'expérience professionnelle. Elle a mis son talent au service d'Esophro, qu'elle dirige, pour proposer différents cursus de formation en sophrologie : animateur en sophrologie (sur quatorze mois), sophrologue généraliste (sur trente mois),

sophrologue spécialisé (sur quarante-deux mois). Installée à Paris et à Nantes, cette école propose aussi des ateliers thématiques intensifs de deux jours accessibles à tous (« Sommeil et vitalité », « Gestion du stress », « Confiance en soi », « Préparation aux examens »), des séances de sophrologie en groupe, des accompagnements individuels, des interventions en entreprise.

Toute l'année, à Paris et à Nantes.
Rens. : 09 82 24 22 09 et esophro.fr.

Coaching et hypnose éricksonienne

Centre de développement personnel et professionnel spécialisé dans les relations humaines, le Dôjô est apparu après sa création, au début des années 1990, comme une école de référence et a évolué pour devenir un centre de formation et de perfectionnement. Créée par les psychothérapeutes Jane Turner et Bernard Hévin, cette école a mis en place des cursus de formations certifiantes en coaching (initiation, base, master class, coaching d'équipe, coaching d'adolescents...), en psychothérapie (praticien en psychothérapie), en hypnose éricksonienne (initiation, base, avancée, thématique), ainsi qu'en ligne du temps – méthode fondée sur les principes de l'hypnose et de la PNL qui permet de dresser son bilan personnel et de réorganiser sa vie. Un programme riche à découvrir sur le site Internet.

Toute l'année, à Paris. Rens. : 01 43 36 51 32 et ledojo.fr.

En bref

Thérapie brève et systémique

Destiné à diffuser, promouvoir et développer la thérapie brève et systémique de l'école de Palo Alto, l'Institut Gregory Bateson, fondé en 1987 par Jean-Jacques Wittezaele, a mis en place des centres de consultation à Paris, Liège et Lausanne, ainsi qu'un cursus complet de formation (de base et spécialisations).

Rens. : 01 40 39 98 80 et igb-mri.com.

Formation à distance

Fondé en 1990, le Centre privé d'études, recherche, formations en psychologie appliquée (Cerfpa) propose aujourd'hui plus d'une centaine de formations à distance : psychologie, métiers du social, médecines douces, métiers animaliers, secrétariat médical. Reconnu pour sa qualité, il propose aussi des formations au centre, à Saint-Laurent-du-Var (06), des modules à la carte, des modules DIF, du e-learning...

Rens. : 04 93 19 37 17 et cerfpa.com.

Trek et sophrologie

Auteure de *Plonger au cœur de soi, même quand cela semble impossible* (Solar Éditions, 2014), la sophrologue Patricia Penot accompagnera un voyage « Trek et sophrologie » dans le désert jordanien. Au programme : exercices de prise de conscience de soi, marche, sophrologie, EFT (Emotional Freedom Techniques), échanges thématiques.

Du 8 au 16/11/2014. Prix : 2 625 €. Rens. : 01 45 94 91 02 et authentiqueetlibre.com.



ABONNEMENT à Psychologies magazine

JE M'ABONNE et je bénéficie de réductions

■ France métropolitaine	1 an (11 n°) : 36 € au lieu de 44 € (prix de vente au numéro*) 1 an (11 n°) + 2 hors-séries : 42 € au lieu de 56 €* 2 ans (22 n°) : 62 € au lieu de 88 €*
■ DOM	1 an (11 n°) : 67,17 € (dont 31,17 € d'envoi prioritaire par avion)
■ TOM	1 an (11 n°) : 108,77 € (dont 72,77 € d'envoi prioritaire par avion)

D'AUTRES OFFRES SPÉCIALES sur Internet

- www.psychologiesabo.com
- PSYCHOLOGIES - Service abonnements PB 50002 - 59718 Lille Cedex 9
Règlement par chèque bancaire à l'ordre de PSYCHOLOGIES.
● Tél. : 02 77 63 11 27 (DOM TOM : 00 33 2 77 63 11 27) du lundi au vendredi, de 9 heures à 18 heures.
- SUISSE : 13 n° pour CHF 86
EDIGROUP SA - Service des Abonnements - rue Peillonex 39, CH - 1225 Chêne Bourg
Tél. : 022 860 84 01 ● www.edigroup.ch ● e-mail : abonne@edigroup.ch
- CANADA : 11 n° pour 84 \$CND + taxes. ÉTATS-UNIS : 11 n° pour 51 \$US
Express Mag 8155, rue Larrey, Montréal, Québec, H1J 2L5
Tél. : 1 800 363 1310 ● www.expressmag.com ● e-mail : expsmag@expressmag.com
- AUTRES PAYS : tarifs étrangers spécifiques. Nous consulter en France.

JE GÈRE MON ABONNEMENT sur Internet

Je modifie l'adresse de réception de mon abonnement (déménagement, vacances...)
Je prolonge mon abonnement en me réabonnant à PSYCHOLOGIES
Je communique avec le Service clients (questions, réclamation...)

www.psychologiesabo.com
Service clients : PSYCHOLOGIES - Service abonnements PB 50002 - 59718 Lille Cedex 9
02 77 63 11 27 du lundi au vendredi, de 9 heures à 18 heures.

Avec le Web c'est plus facile et plus rapide