



SANTÉ

BONHEUR

Stress, baisse de motivation, crise de l'envie : des maux bien connus des Français. Les signes ne trompent pas : à la fois physiques, intellectuels, émotionnels et comportementaux, tous dénotent un mal de vivre, le plus souvent combattu à grand renfort de médicaments. La France est le deuxième pays le plus consommateur d'anxiolytiques en Europe !



Partant de ce constat d'échec, c'est vers la mécanique intérieure du bon-

heur que le médecin urgentiste Philippe Rodet nous propose de nous tourner à travers des pratiques et attitudes pleines de bon sens.

Une ordonnance gratuite et à la portée de tous qui redonnera le sourire !

Le Bonheur sans ordonnance, Philippe Rodet, éditions Eyrolles, 244 pages, 15

