



Les 200 astuces de Maman travaille

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

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

Les 200 astuces de Maman travaille

Schiappa Marlène

Les 200 astuces de Maman travaille Schiappa Marlène

 [Télécharger Les 200 astuces de Maman travaille ...pdf](#)

 [Lire en ligne Les 200 astuces de Maman travaille ...pdf](#)

224 pages

Extrait

Extrait de l'introduction

200 ASTUCES PEUVENT-ELLES VOUS CHANGER LA VIE ?

Concilier vie professionnelle et vie familiale, c'est avancer en équilibre sur un fil en essayant de ne tomber ni d'un côté, ni de l'autre. C'est jongler en permanence avec des contraintes contradictoires, balancer entre deux des enjeux principaux de notre vie. À ma gauche, des collègues, des clients et un(e) patron(ne) qui vous demande si «vous prenez votre après-midi» quand vous quittez le bureau avant 18 heures ; à ma droite, un compagnon, des enfants, et une nounou qui vous fait les gros yeux quand vous arrivez chez vous après 18 h 02. C'est aussi savoir préserver son propre espace, ne pas sombrer dans un perfectionnisme aussi épuisant que vain.

Pour articuler ces temps de vie sans basculer dans la schizophrénie et sans passer par la case burn-out, ce livre réunit pour vous 200 astuces pour aider les mères actives et leurs entourages à mieux concilier travail et maternité. Entre paroles d'experts et conseils d'amies, l'ambition de ce guide pratique est claire : vous permettre d'équilibrer vie pro et vie perso avec sérénité, bonheur et efficacité. Bref, de trouver VOTRE équilibre.

Ces 200 astuces 100 % inédites, partagées par des mamans qui travaillent, des spécialistes de la question, des pros de l'organisation, de la carrière ou de la maternité, vont surtout vous permettre de trouver votre propre voie, de faire vos propres combinaisons selon vos propres attentes. Vous ne vous reconnaîtrez peut-être pas dans toutes les astuces - qui sont parfois contradictoires, c'est tout l'intérêt de réunir plusieurs expériences et plusieurs points de vue -, mais vous pourrez piocher ce qui vous convient : que vous soyez entrepreneuse, allaitante, maman solo ; avec un(des) enfant(s) scolarisé(s) ou pas, que vous ayez un mari coopératif ou pas ; que vous soyez expatriée, en congé parental, avec un conjoint overbooké... les combinaisons sont multiples et infinies !

LA CHAÎNE DE SOLIDARITÉ DES MÈRES ACTIVES

Anecdote interpellante, quand j'ai sollicité des mères actives pour leur demander de partager leurs astuces, trucs, mantras, philosophies, techniques d'organisation... toutes les femmes interrogées ont commencé par me mettre en garde : «Oh, rien de spécial, mon astuce, tu la connaissais sans doute déjà...», «Je ne vais rien révolutionner...», «Oui j'ai un truc, mais je vais enfoncer une porte ouverte, non ?» Elles avaient toutes l'impression de livrer une astuce complètement banale, alors qu'en fait, chacune d'elles me confiait une astuce originale, inédite, géniale ! À laquelle d'autres moi la première - n'auraient sans doute pas pensé... Ce qui est une porte grande ouverte chez l'une peut être une porte blindée, fermée avec quatre points de contact et à double tour chez une autre. Il suffit parfois simplement d'en prendre conscience, de réaliser que cette porte peut ouvrir sur autre chose, pour changer tout un mode de vie.

C'est précisément pour cette raison qu'en 2008, j'ai voulu créer le premier réseau de mères actives, avec un blog, des rencontres et des échanges : mutualiser les compétences, partager les expériences, mettre en commun les pistes, les bonnes pratiques, les techniques... pour répondre à cette sempiternelle interrogation : «Mais comment font les autres ? Pour elles, tout semble moins difficile que pour moi...» C'est tout l'intérêt du réseau Maman travaille, et c'est tout l'intérêt de ce livre : répondre enfin à cette question. Et qui sont ces autres mères ? Des mères actives qui cumulent responsabilités professionnelles, engagements, vie familiale parfois complexe et qui articulent avec bonheur toutes leurs vies, des mères actives passées maîtresses dans

l'art de l'organisation, de la relativisation, de la conciliation ; des mères actives épanouies, efficaces ; en un mot : heureuses. Présentation de l'éditeur

Concilier vie pro et vie familiale, c'est avancer en équilibre sur un fil et risquer à tout moment de se faire aspirer par l'une ou l'autre. Pour ne pas basculer dans la schizophrénie ni passer par la case burn out, ce guide unique propose 200 astuces originales et inédites testées et approuvées par des mamans qui travaillent.

Avec ce livre, grossesse, allaitement, modes de garde et sorties scolaires peuvent enfin rimer avec réunions, objectifs et même expatriation ou entrepreneuriat.

Astuces testées et approuvées par des experts de la conciliation vie pro-vie familiale, coachs, sociologues, présidents d'organismes, DRH... et par des mamans qui travaillent ! Biographie de l'auteur

Marlène Schiappa est jeune maman et présidente de l'association Maman travaille, "le 1er réseau de mères actives" qu'elle a fondé en 2008 et organise une journée de conférence annuelle rassemblant plus de 200 femmes de grandes entreprises, médias (Elle, Version Femina) et organismes privés ou publics.

Download and Read Online Les 200 astuces de Maman travaille Schiappa Marlène #UFWO4NVXZ57

Lire Les 200 astuces de Maman travaille par Schiappa Marlène pour ebook en ligne Les 200 astuces de Maman travaille par Schiappa Marlène 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 Les 200 astuces de Maman travaille par Schiappa Marlène à lire en ligne. Online Les 200 astuces de Maman travaille par Schiappa Marlène ebook Téléchargement PDF Les 200 astuces de Maman travaille par Schiappa Marlène Doc Les 200 astuces de Maman travaille par Schiappa Marlène Mobipocket Les 200 astuces de Maman travaille par Schiappa Marlène EPub

UFWO4NVXZ57UFWO4NVXZ57UFWO4NVXZ57