



## ***AVOIR DE LA CHANCE, ÇA S'APPREND !***

**Christine Sarah CARSTENSEN**

**En librairie le 30 mars 2017**

### **LE LIVRE**

---

#### **On ne naît pas chanceux, on le devient...**

Dans la vie, 50 % de notre chance provient du développement de nos aptitudes et de la faculté à nous adapter aux circonstances, quelle que soit notre personnalité. La fatalité n'existe pas : chacun d'entre nous peut attirer la chance. Il suffit d'un peu d'optimisme, de confiance en soi, et d'exercices...

C'est ce que propose Christine Sarah Carstensen dans ce livre qui fourmille de conseils judicieux et de réflexions pertinentes. Véritable *vade-mecum* de la chance, il nous amène à adopter une discipline douce faite de rituels quotidiens comme autant de points de repères pour se connecter à soi et voir les choses du bon côté.

Enrichi des apports des sciences et de la psychanalyse, ce livre au ton léger et intelligent s'inspire aussi des « cocktails gagnants » qui ont fait la réussite de certaines entreprises ou personnalités.

### **L'AUTEUR**

---

**Christine Sarah Carstensen** est psychothérapeute, praticienne PNL, formatrice et coach en développement personnel. Intervenante au sein d'entreprises et de grandes écoles, elle est notamment l'auteure de *Renforcez votre confiance en vous* (Albin Michel, 2014).

**Aurélie Delfly ☎ 01 42 79 18 98 / 10 02**  
**[aurelie.delfly@albin-michel.fr](mailto:aurelie.delfly@albin-michel.fr)**