



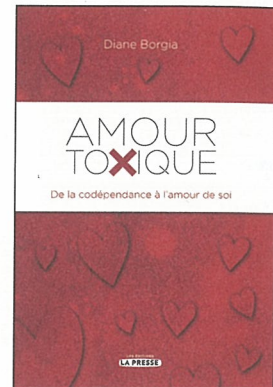
Alors que les relations ont vécu ces dernières années des modifications en profondeur, notamment avec l'arrivée d'Internet et des nouvelles technologies, le couple n'a jamais été un objectif aussi inatteignable. Comment aimer, maintenant, maintenir son couple, y être épanoui? C'est à ce type de questions que souhaite répondre l'ouvrage *Oser le couple*, écrit par deux spécialistes du sentiment amoureux, qui forment un couple, la psychologue québécoise **ROSE-MARIE CHAREST** et le sociologue

français **JEAN-CLAUDE KAUFMANN**. Les auteurs y examinent les écueils possibles pour bien vivre en couple. Comment aimer tout en restant soi-même? Résister face à la déception. Plusieurs pistes de solution pour oser le couple.

(Bayard Canada, 192 p., 2012, 26,95 \$, 9782895795049.) 

L'amour, une dépendance? Ils sont malheureusement nombreux à souffrir de cette dépendance affective. **DIANE BORGIA** est psychothérapeute clinicienne et cumule plus de 25 années dans le traitement de la codépendance et des dépendances nocives. Son premier ouvrage, *Amour toxique, de la codépendance à l'amour de soi* présente les résultats de ses recherches et observations et propose une approche et des outils d'évaluation, de traitement et de prévention pour vaincre cette codépendance qui aurait pour origine des lacunes affectives durant l'enfance. Le lecteur trouvera dans cet ouvrage un état des lieux complet de cette situation et des moyens concrets pour s'y attaquer.

(Éditions La Presse, 256 p., 2011, 26,95 \$, 978-2-923681-91-7.) 

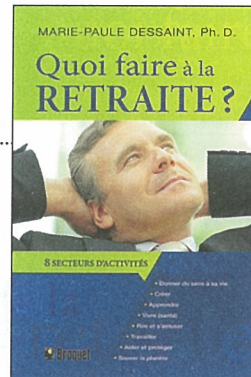


Vieillir


La sexologue **JOCELYNE ROBERT** a choisi la voie de l'humour et de l'acceptation de soi dans son nouvel ouvrage, *Les femmes vintage: le bonheur d'être soi-même à tout âge*. Elle se penche sur les femmes de 50-70 ans, la tranche d'âge la plus nombreuse en Amérique du Nord et tente de dédramatiser le vieillissement du corps pour se concentrer sur la maturité du cœur. Elle mise sur l'authenticité afin de discuter de la peur de vieillir et de la mort, de la chirurgie esthétique, ou de la beauté et du sexe. Le résultat est passionnant et s'adresse à toutes les femmes, mais aussi aux hommes qui les aiment.

(Les Éditions de l'Homme, 208 p., 2014, 24,95 \$, 9782761941853.) 

Docteure en sciences de l'éducation, spécialiste des transitions de vie, notamment de la préparation à la retraite, **MARIE-PAULE DESSAINT** a conçu un guide pratique pour les nouveaux ou futurs retraités. Dans *Quoi faire à la retraite?* elle propose des questionnaires pour aider les retraités à s'y retrouver et à mettre pleinement à profit leur retraite. En fonction de huit grands secteurs d'activités – trouver le sens de sa vie, créer, apprendre, vivre, rire et s'amuser, travailler, aider et protéger, sauver la planète – elle propose des projets et des solutions aux retraités.



Son leitmotiv? L'action, l'action et l'action! Rester oisif, dit-elle, est plus difficile que de s'activer!

(Broquet, 200 p., 2012, 19,95 \$, 9782896543021.) 

Nombreux sont les ouvrages sur comment vivre, aimer, penser, mais sur comment mourir, peu de textes. Le **DR SERGE DANEAULT** est médecin spécialisé en soins palliatifs. Son ouvrage *Et si mourir s'approvoisait... Réflexions sur la fin de vie* propose une vingtaine de récits, comme autant de trajectoires de fin de vie, condensant les années d'expérience du spécialiste, et proposant une réelle réflexion sur la préparation à la mort. Le Dr Daneault croit en la sagesse des mourants et tend l'oreille sur leurs histoires. Il y est question d'acceptation de la mort, mais aussi de déni, et des réalités ou des difficultés de chacun face à l'ultime étape de la vie.

(Éditions La Presse, 190 p., 2011, 24,95 \$, 978-2-923681-94-8.) 