



La Drague et moi de Caroline Michel, éditions Solar, 7,90 €.

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL La drague en pratique

Trouver l'homme idéal, toutes les femmes en rêvent ! Peut-être que ce cahier pratique dédié à la drague vous aidera-t-il à débusquer le prince charmant. Tests personnalisés, conseils avisés, tout y est pour devenir une « serial loveuse ». Armée de ce guide stratégique, partez à la chasse à l'homme avec humour et légèreté !



PUÉRICULTURE Léger avec bébé

Lorsqu'on a des enfants en bas âge, voyager léger est quasiment mission impossible. Pour ne pas trop s'encombrer, Baby'tems permet de louer du matériel de puériculture partout en France, que ce soit à l'hôtel, en location ou chez des amis. En vadrouille, vous ne prenez que l'essentiel sans vous charger de la poussette ni du siège auto. **Baby'tems, location poussette ou siège auto à la semaine 42 €.**

En savoir plus : <http://babytems.fr>

Infos Presse 04 91 27 01 16

PARENTS

Les coachs pour ados

Vie de famille. Depuis une dizaine d'années, les coachs spécialisés tendent à remplacer les psychologues et éducateurs pour enfants. Leur principale mission ? Venir en aide aux ados en difficulté.

Si la crise d'adolescence a toujours existé, il semblerait qu'elle soit aujourd'hui particulièrement corsée. Du moins, les parents ont-ils de plus en plus de mal à la gérer. Certains, face à ces difficultés, décident alors de faire appel à des aides extérieures, notamment des coachs éducatifs. Ces derniers s'immergent dans les familles en difficulté pour mieux en déterminer les travers et avancer des solutions. Il ne s'agit ni plus ni moins d'une structure de conseil, qui peut aider certains à y voir plus clair. C'est d'ailleurs l'unique but du coaching d'orientation, une autre sorte d'accompagnement.

LE COACH ÉDUCATIF

Les services sociaux et associations qui gèrent depuis longtemps les adolescents difficiles se trouvent aujourd'hui débordés et donc contraints de limiter l'attention qu'ils leur consacrent, réduisant ainsi leur efficacité. Face à ce constat, des coachs éducatifs sont apparus dans le secteur privé. Ils proposent une assistance éducative aux parents désemparés et visent à résoudre les problèmes les plus courants : enfants irrespectueux, en échec scolaire ou professionnel, en rupture de communication, en refus total d'autorité ou accros à l'ordinateur et autres jeux vidéo. Moyennant rémunération, ils organisent généralement trois séances individuelles



Le coach spécialisé épaula les parents démunis face à la crise d'adolescence de leur enfant.

à domicile, avec les parents ou l'ado, et restent disponibles en cas de crise. Le dialogue est leur principale méthode. Parfois, le coaching éducatif peut être doublé d'un coaching parental, destiné aux parents uniquement, afin de promulguer à ces derniers des conseils pour cadrer plus efficacement leurs garnements.

LE COACH D'ORIENTATION

Crise financière et hausse du chômage inquiètent de plus en plus de parents. Ils sont alors nombreux à suivre de très près l'orientation de leurs enfants pour assurer au mieux leur avenir. Et comme il y a de moins en moins de conseillers d'orientation dans les lycées, ils ont recours à

des cabinets privés proposant des services de coaching et de soutien. Quand un conseiller de l'Éducation nationale gère environ 1 200 élèves, un consultant particulier, appelé « coach d'orientation ou scolaire », s'occupe, lui, de 50 à 70 jeunes en moyenne. Il dispose donc de plus de temps, mais aussi de moyens,

pour suivre le jeune sur le long terme. L'offre va du simple rendez-vous individuel au suivi complet sur toute une année, moyennant une participation de 50 à plus de 300 €. Au regard de ces tarifs, les familles aisées représentent une grande majorité des clients. D'ailleurs, la plupart des adolescents suivis viennent d'écoles privées. Le coach se focalise sur l'avenir de l'élève, et non pas sur son passé, et l'aide à trouver un projet professionnel adapté à sa personnalité et à ses aspirations tout en tenant compte de l'état actuel du marché du travail. Le coaching sert aussi à retrouver confiance en soi, à gérer son stress et sa motivation afin d'apprendre à se connaître et à savoir ce que l'on veut. Plus concrètement, il aide aussi les ados en décrochage scolaire à mieux s'organiser dans leur travail ou à tenir un emploi du temps...

AYEZ L'ŒIL

Si la promesse est alléchante, les résultats ne sont pas toujours au rendez-vous et certains parents se retrouvent parfois ahuris face aux propositions d'emploi insolites qu'on propose à leur progéniture. Comme il n'existe pas de régulation prévue par la loi, tout le monde peut, aujourd'hui, s'improviser coach. Il est donc important de vérifier l'expérience et la légitimité des professionnels en se renseignant, par exemple, auprès de leurs anciens clients.

ROMANCE LEBEAU

AUTO

Planifier pour ne rien oublier

Quelques semaines avant le départ, faites les premières vérifications d'usage concernant les pneumatiques, les freins, les bougies ou encore l'état des optiques de votre véhicule. Au volant, soyez attentif aux bruits suspects et aux réactions de la voiture. Pour une sécurité optimale, il n'est pas superflu de la faire contrôler par un professionnel. Si la date de révision de votre véhicule

approche, n'attendez pas le retour des vacances pour l'effectuer. Anticipez-la de manière à ce que votre voiture soit opérationnelle avant de partir. Consultez ensuite avec attention votre contrat d'assurance afin de vous garantir une couverture optimale en France, mais aussi à l'étranger si vous voyagez hors du pays. Enfin, vérifiez l'étiquette du contrôle technique. La veille

du départ, refaites un contrôle rapide de l'ensemble du véhicule et prenez soin, avant toute chose, de mettre dans le coffre le matériel élémentaire dont vous devez disposer en cas de panne : l'outillage pour changer une roue, un kit anticrevaillon, une trousse à outils, des ampoules et des fusibles, une lampe torche et l'indispensable gilet rétro-réfléchissant accompagné de son triangle de signalisation.

LOISIRS

Les Français reviennent aux vacances en famille. Réunissant grands-parents, parents et petits-enfants, les séjours multigénérationnels s'émancipent des clichés de corvée familiale dont ils faisaient l'objet. Les générations plus âgées, bénéficiant d'une situation financière confortable, jouent souvent le rôle de sponsors tandis que les plus jeunes, qui sont plus à l'aise dans le monde d'internet et des réseaux sociaux, se chargent des investigations pour les vacances. Les jeunes recherchent une destination de vacances adéquate et la génération plus ancienne gère (la plus grande partie de) la facture. Du côté des activités de loisir, la donne change également : là où l'animation était autrefois un privilège pour les enfants, on trouve aujourd'hui de plus en plus d'activités pour les parents, les seniors et toute la famille.

© 2014 Thinkstock