

SERVICE
DE PRESSE
ÉDITIONS
ALBIN MICHEL



| EN LIBRAIRIE
Le 7 mars 2019

Tout le monde en a un, sauf moi ! Libérer nos enfants de la surconsommation Valérie Halfon

| LE LIVRE

Valérie Halfon sera à Paris du 5 au 8 mars 2019

Comment aider nos enfants à s'affranchir de la pression sociale et commerciale

Aujourd'hui, nombreux sont les parents qui veulent TOUT DONNER à leurs enfants, or un enfant trop gâté n'a plus d'envies. D'autres aspirent à consommer avec sobriété, mais leurs enfants subissent pourtant la pression sociale et commerciale qui fait d'eux des êtres passifs aux désirs inassouvis.

Comment faire de nos enfants des consommateurs avisés et responsables ?
Comment leur permettre d'acquérir une solidité intérieure,
de résister au « tout le monde a... » et d'avoir une vie plus riche ?

Alimentation (notamment *junk food*), mode (emprise des marques), smartphone, loisirs (*junk culturel*)... Valérie Halfon nous aide à prendre conscience de l'influence, voire de la manipulation, que nos enfants subissent de la part des industriels et des marketeurs, à décrypter les outils (notamment digitaux) qu'ils utilisent pour nous rendre accros. Elle nous donne des repères pour poser des limites saines, des axes de dialogue et des trucs pour aider nos enfants à s'affranchir de la pression. Enfin, elle nous invite à leur transmettre d'autres valeurs : il n'est pas question de les priver mais de leur donner... autre chose. Une approche libératrice et structurante.

| L'AUTEURE

Valérie Halfon

Conseillère en gestion de budget, diplômée de l'université Paris-Dauphine, Valérie Halfon accompagne des personnes et des groupes désirant optimiser leurs finances personnelles, et donne de nombreuses conférences. Elle est l'auteure de *Slow shopping thérapie. Consommez moins, vous irez mieux* (2017).

224 pages | format 14,5 x 22,5 cm | broché | 16,90 €

| ATTACHÉE DE PRESSE Agnès Olivo 01 42 79 10 03 agnes.olivo@albin-michel.fr

| ASSISTANTE Philippine Bacquart 01 42 79 10 53 philippine.bacquart@albin-michel.fr