



**SCLÉROSE EN PLAQUES**  
**PETITES LEÇONS DE BONHEUR**  
 APPRIVOISÉ À L'USAGE DE TOUS CEUX  
 QUI VEULENT RETROUVER LE SOURIRE

Chacun peut être amené, au moins une fois dans sa vie, à traverser des épreuves plus ou moins graves. La maladie, qu'elle soit physique ou psychique, reste une inconnue douloureuse, sans doute la plus fréquente, peut-être celle qui rapproche le plus. Atteinte de la sclérose en plaques, Patricia Blondiaux a souhaité s'adresser à tous ceux qui, comme elle, souffrent de cette pathologie encore peu comprise. Comment composer avec son entourage, dont le regard change? Doit-on faire le deuil de la personne que l'on était? Faut-il apprendre à canaliser ses émotions, ou au contraire les extérioriser?

En s'appuyant sur les témoignages d'autres sépiens et sur sa propre expérience, Patricia Blondiaux délivre ses messages résolument positifs autour de thèmes égrainés comme autant de conseils à suivre, pour toujours rester « responsable du sourire des autres ». Et si on utilisait la maladie pour mieux vivre en acte comme en pensée? Et si on se servait de la maladie pour avancer?

« Savoir faire face et tenir tête, non pas contre la maladie, mais avec elle. Le plus difficile est de se décider à agir – le reste n'est que ténacité. »

*Patricia Blondiaux apprend à vivre avec la sclérose en plaques depuis 2014. Elle s'est appuyée sur son parcours professionnel (mode et esthétique) pour réinventer la prise en charge de la maladie, et a notamment créé l'association acSEPté, qui rassemblait malades et aidants.*

ISBN : 978-2-84186-937-4



9 782841 869374

2020-I

18 €

Patricia Blondiaux

SCLÉROSE EN PLAQUES PETITES LEÇONS DE BONHEUR  
 APPRIVOISÉ À L'USAGE DE TOUS CEUX QUI VEULENT RETROUVER LE SOURIRE

Conception graphique: Thomas Ragage

MICHALON

Patricia Blondiaux

**SCLÉROSE EN PLAQUES**  
**PETITES LEÇONS DE BONHEUR**  
 APPRIVOISÉ À L'USAGE DE TOUS CEUX  
 QUI VEULENT RETROUVER LE SOURIRE



MICHALON