

Business

- / 012 / **L'actu du management**
«Demain, on verra une hybridation totale entre logement et bureau»
- / 016 / **Le patron dans l'actu**
François Fassier, directeur de la branche Parcs de loisirs de la Compagnie des Alpes
- / 022 / **L'actu des entreprises**
Michelin veut rendre l'industrie sexy
- / 024 / **Pitch** Les start-up du mois
- / 026 / **En chiffres**
- / 028 / **Etude de cas**
Comment Pampers est devenu propre
- / 030 / **Nouveaux lieux**
- / 036 / **Parts de marché**
Le stand «en vrai» fait de la résistance
- / 038 / **Nos experts vous répondent**
- / 046 / **Tête pensante**
Patrice Franceschi : «En entreprise, il faut se battre pour la liberté d'agir et de penser»
- / 050 / **Coulisses**
Cdiscount : l'esprit start-up à tout prix
- / 058 / **Chronique** Conseils d'un vieux guerrier

Work

- / 062 / **La charge mentale, ça pèse!**
- / 064 / Test : identifiez vos sources de pression
- / 068 / Evitez d'en faire trop!
- / 072 / 6 points à connaître avant de sonner la charge
- / 074 / Une chose après l'autre...
- / 076 / Gérer la PME familiale, un job dévolu aux femmes
- / 078 / Christophe Haag : «L'enflure toxique est très contagieuse»
- / 080 / Un mois pour réorganiser sa vie
- / 086 / Les alliés d'un bon équilibre émotionnel
- / 090 / Bien manœuvrer pour éviter la sortie de route
- / 092 / Le bon rythme
- / 094 / Burn-out numérique?
- / 096 / Managers : à vous de jouer!
- / 100 / S'ils n'avaient qu'un conseil...
- / 102 / 5 situations tendues... mais pas tant que ça!
- / 104 / Les nouvelles bulles de détente
- / 108 / Sandrine Meyfret : «Et si l'on acceptait l'imprévu?»
- / 110 / Ces entreprises qui ont dit stop à la surchauffe
- / 114 / Petites boîtes, grandes angoisses
- / 118 / Un super endroit où bosser
- / 120 / Travailler moins pour vivre plus?
- / 125 / 5 formations au top pour (mieux) gérer la pression
- / 126 / François Besson : «J'ai transformé ma charge mentale en amie»

Entreprendre

- / 128 / **Faire des affaires en solo**
- / 132 / **20 idées** pour se mettre à son compte
- / 136 / **6 questions clés** avant de se lancer seul
- / 140 / **Statuts** : le bon choix

Afterwork

- / 144 / **Places to biz** Les adresses de Shanty Baehrel
- / 146 / **Coaching live**
«J'ai envie d'un travail qui ait du sens»
- / 149 / **La philo du bureau**
Evoluer sans perdre son âme
- / 150 / **Managers d'hier**
Bonaparte, l'empereur du storytelling
- / 152 / **Lu pour vous**
- / 154 / **Le bon mix**
«Un bon patron, c'est celui qui montre l'exemple»
- / 155 / **Forme**
- / 156 / **Auto** DS 3 Crossback E-Tense
- / 157 / **Avec modération**
A la santé de Wineandco
- / 158 / **Une ville, un expat'**
Le Tbilissi de Jean-Michel
- / 161 / **Vu de l'étranger**
La diversité en Afrique du Sud
- / 162 / **Style** A fond la forme!
- / 164 / **Matos** Smart, le bureau!
- / 166 / **Matos** Tout pour la musique!
- / 167 / **Managez votre vie**
La démarche bien-être
- / 168 / **Pause culture**
- / 170 / **Chronique** L'open space des émotions

Ce numéro comporte un échantillon collé Dior (pages 14-15), diffusion nationale, un encart régional Paris-Ile-de-France de 16 pages Chridami broché entre les pages 122 et 123, deux lettres A4 multilatères sur une sélection d'abonnés et un encart Post-it 2019 collé en C1 sur une sélection d'abonnés.