

LES SENTINELLE

PRATIQUE & STYLE DE VIE

C'est Pratique

**Pansements contre les brûlures**



La gamme de produit *FastAid Advanced* de Robinson Healthcare, vous propose des pansements stériles qui agissent activement contre les brûlures. Appliqué sur la brûlure ou blessure tout de suite, le pansement procure un effet frais et apaisant grâce à l'hydrogel qu'il contient. Il réduit la douleur, prévient la déshydratation et la perte de peau. Il est conseillé de le laisser sur la brûlure un maximum de temps, à savoir 5-6 jours, pour une cicatrisation parfaite. Invisible sur la peau, vous pouvez vousoucher avec sans avoir à le remplacer. Disponible chez *The Medicine Shop* à Péreybère, la boîte vous coûtera Rs 285.

C'est nouveau  
Filtre à eau

# l'express & moi

## Développer ses compétences en leadership

**JOHN MAXWELL**, le numéro 1 des experts en *Leadership* sera au pays bientôt. Il donnera une conférence unique sur le thème *Leadership and Personal Growth* le 18 mars, au J & J Auditorium à Phoenix.

C'est suite à l'initiative de *Blooming Concept Ltd*, institution de formation spécialisée dans la construction de l'image et du *coaching*, que cet auteur et orateur de renommé

mondial s'est déplacé chez nous pour animer un atelier d'une journée. Celui-ci est destiné principalement à des directeurs d'entreprises, de jeunes cadres et gestionnaires et les particuliers intéressés à développer leur *leadership skills* et les mettre en pratique.

Parmi les thèmes qu'il abordera : *The Five Levels of Leadership* ou encore *The 15 Invaluable Laws of growth*. La conférence débutera à 9 heures et prendra fin à 16 heures.

John Maxwell a formé à ce jour jusqu'à 5 millions de leaders à travers le monde et a vendu plus de 20 millions de livres sur le *leadership*. Trois d'entre eux ont été classés parmi les *best sellers* notamment, *The 21 Irrefutable Laws of Leadership, Developing the Leader Within You* et *The 21 Indispensable Qualities of a Leader*, qui ont été traduits dans plusieurs langues. Il s'adresse chaque année à plus de 350 000 personnes.



Caroline DUVAL

Billet

par Michel ALPHONSE

### Savoir et pouvoir

**C'**EST la ruée aux universités. La campagne de pub des institutions à Maurice et ailleurs est déjà en branle. Malgré toutes les opportunités qui s'offrent aux jeunes, tous n'auront pas accès aux études supérieures. Les places sont limitées, cela coûte toujours très cher et tous n'ont pas le niveau requis. Faut-il pour autant se décourager ?

Les grandes écoles ne sont pas forcément synonymes de succès. Certains hommes que certains qualifieraient volontiers de cancrès ont réussi et ont changé la face du monde.

Louis Renault, allergique à l'école, a multiplié les inventions et a fondé son entreprise d'automobile qui est devenue une référence mondiale. Thomas Edison, pionnier de l'électricité et inventeur d'un nombre incalculable de brevets, s'est instruit par lui-même, à l'écart des institutions éducatives. Et comment oublier le cas extraordinaire de Steve Jobs, l'ex-leader d'Apple ?

La liste de ces grands hommes est trop longue pour être citée ici. Comment un autodidacte peut-il réussir là où d'autres échouent ? L'autodidacte est passionné. Cette force intérieure conduit à la découverte. La motivation lui permet de ne pas baisser les bras. C'est aussi un véritable obsédé qui ne lâche jamais le morceau. Il jouit également d'une créativité abondante et d'une insatiable curiosité. Cette façon d'apprendre lui permet d'être libre et cette liberté repousse inéluctablement les frontières du savoir. La voie empruntée peut être différente mais elle mène aussi au succès.

## RÉFLEXOLOGIE

# Pour partir du bon pied

La réflexologie est une technique qui consiste à faire pression sur les mains et les pieds. Elle peut soulager de nombreux maux et devenir un allié de la médecine

**ON** dit que les yeux sont le miroir de l'âme. La réflexologie enseigne que les points réflexes situés sur les pieds et les mains correspondent chacun à un organe du corps.

guine est ainsi stimulée. Si cette technique est très répandue ailleurs, à Maurice, elle fait son petit bonhomme de chemin. Plusieurs centres de bien-être et instituts spéciali-



disponibilité de l'élève et à la fin de la formation, un certificat *MQA Approved* lui est délivré. Bien que la réflexologie est de plus en plus utilisée comme approche

Allô doc...

Dr Ramchandra BHEENICK  
La réflexologie plantaire est en même