

Mots clés: telecharger Maigrir durablement c'est possible ! pdf, Maigrir durablement c'est possible ! mobi, Maigrir durablement c'est possible ! epub gratuitement, Maigrir durablement c'est possible ! torrent, Maigrir durablement c'est possible ! lire en ligne.

---

## **Maigrir durablement c'est possible ! PDF**

**Golay, Alain ; Pataky, Zoltan**



***Ceci est juste un extrait du livre de Maigrir durablement c'est possible !. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.***



Auteur: Golay, Alain ; Pataky, Zoltan

ISBN-10: 9782711424313

Langue: Français

Taille du fichier: 3596 KB

## LA DESCRIPTION

Si maigrir semble facile au premier abord, maintenir une perte de poids apparaît bien plus difficile. Dans ce livre, le Pr Golay et le Dr Pataky proposent une approche psycho-pédagogique efficace et reconnue. Depuis plus de 25 ans, leur service d'enseignement thérapeutique pour maladies chroniques des Hôpitaux universitaires de Genève accompagne les patients en surpoids ou souffrant d'obésité vers un changement de comportement à long terme afin d'assurer un amaigrissement définitif. Malgré les déficits ou les excès hormonaux, malgré les problèmes génétiques ou les défaillances de la flore intestinale, aucune situation n'est irrémédiable. Chacun peut parvenir à compenser les inégalités de la nature ou les stress de la vie contemporaine pour atteindre son objectif de perte de poids.... Lire la suite Le Pr Golay et le Dr Pataky dispensent conseils et astuces pour réguler son alimentation, comprendre ses faiblesses métaboliques et lutter efficacement contre le surpoids par l'activité physique, le tout grâce à un modèle de motivation au changement qui a fait ses preuves.

**QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?**

Mémoires d'un médecin aux pieds nus - Docteur Jean-Pierre Willem - Le Dr Jean-Pierre Willem a grandi dans les Ardennes, en pleine seconde guerre mondiale. Plus ...

Mémoires d'un médecin aux pieds nus - découvrez l'ebook de Docteur Jean-Pierre Willem. Le Dr Jean-Pierre Willem a grandi dans les Ardennes, en pleine seconde gue

**MAIGRIR DURABLEMENT C'EST POSSIBLE !**

[Lire la suite...](#)