

Enfin libre ! arrêter de fumer tout de suite PDF

Allen Carr



Ceci est juste un extrait du livre de Enfin libre ! arrêter de fumer tout de suite. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



Auteur: Allen Carr
ISBN-10: 9782266262699
Langue: Français
Taille du fichier: 3178 KB

LA DESCRIPTION

En 1983, Allen CARR a conçu La Méthode simple pour en finir avec la cigarette, qui deviendra un best-seller vendu à plus de 14 millions d'exemplaires dans le monde. Il est considéré comme l'expert n°1 de l'assistance aux fumeurs et a adapté sa méthode à de nombreux autres domaines. Retrouvez les méthodes de l'auteur sur: www.allencarr.com Et si vous arrêtiez de fumer tout de suite ? Sans substituts ni médicaments, mais grâce à une approche psychologique et comportementale qui a fait ses preuves auprès de millions de lecteurs dans le monde. Fumeuse occasionnelle ou véritable accro, inquiète de votre poids ou souffrant cruellement de confiance en vous : la méthode Allen Carr est pour vous. Reprenez le contrôle de façon rapide, douce et définitive. Devenez enfin libre et écrasez votre dernière cigarette ! 14 millions d'exemplaires vendus dans le monde @ Disponible chez 12-21 L'EDITEUR NUMERIQUE

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Enfin libre !, de Allen CARR ... La méthode simple pour arrêter de fumer pour nous les femmes La méthode simple pour perdre du poids tout de suite. 12-21.

Enfin libre ! Arrêter de fumer tout de suite La méthodeLa méthode simple pour arrêter de fumer, pour nous, les femmes, Enfin libre ! Arrêter de fumer tout de ...

Fnac : Arrêter de fumer tout de suite !, Allen Carr, Didier Sénécal, Pocket". Livraison chez vous ou en magasin et - 5% sur tous les livres. Achetez neuf ou d ...

ENFIN LIBRE ! ARRÊTER DE FUMER TOUT DE SUITE

[Lire la suite...](#)