

[Ebook free] File size: 28.Mb

Enfin libres !

ALLEN CARR

ENFIN LIBRE ! ARRÊTER DE FUMER TOUT DE SUITE

*Par Allen CARR
DOC | *audiobook | ebooks |
Download PDF | ePub*

Dtails sur le produit Rang parmi les ventes : #92245 dans eBooksPubli le: 2016-01-21Sorti le: 2016-01-21Format: Ebook Kindle

[Ebook free] Enfin libres !

Par Allen CARR : Enfin libres !
before purchasing it in order to gage whether or not it would be worth my time, and all praised Enfin libres !:



 Download

 Read Online

Description :

Prsentation de l'diteurLa mthode rvolutionnaire d'Allen Carr pour arrter de fumer pour nous les femmes !Et si vous arrtiez de fumer tout de suite ? Sans substituts ni mdicaments, mais grce une approche psychologique et comportementale qui a fait ses preuves auprs de millions de lecteurs dans le monde. Fumeuse occasionnelle ou vritable accro, inquite de votre poids ou souffrant cruellement de confiance en vous : la mthode Allen Carr est pour vous. Reprenez le contrle de faon rapide, douce et dfinitive. Devenez enfin libre et crasez votre dernire cigarette !Prsentation de l'diteurLa mthode rvolutionnaire d'Allen Carr pour arrter de fumer pour nous les femmes !Et si vous arrtiez de fumer tout de suite ? Sans substituts ni mdicaments, mais grce une approche psychologique et comportementale qui a fait ses preuves auprs de millions de lecteurs dans le monde. Fumeuse occasionnelle ou vritable accro, inquite de votre poids ou souffrant cruellement de

confiance en vous : la methode Allen Carr est pour vous. Reprenez le contrle de faon rapide, douce et dfinitive. Devenez enfin libre et crasez votre dernire cigarette !Biographie de l'auteurDe nationalit anglaise, Allen Carr a fum pendant trente ans entre 4 et 5 paquets de cigarettes par jour. Il avait tout essay pour arrter... sans succs. Il y arriva pourtant un jour trs facilement, sans connatre le moindre manque. Boulevers par cette exprience, il conoit une methode pour aider les fumeurs se dbarrasser de cette dpendance. Il est aujourd'hui considr comme l'un des meilleurs spcialistes de l'arrt du tabac. Sa methode a fait le tour du monde et les Centres Allen Carr sont implants dans 18 pays. Il est mort en 2006. Retrouvez la methode sur www.allencarr.fr