

La méthode simple pour en finir avec la cigarette

Type de contenu : Texte

Titre(s) : La méthode simple pour en finir avec la cigarette [texte imprimé] / De Allen Carr

Auteur(s) : Carr, Allen (1934-2006)

Editeur, producteur : Pocket, 2004

Description matérielle : 224 p \$d 17 cm

Collection : Pocket

ISBN : 978-2-266-14304-2 \$d7,20 eur \$z7,20 eur

Appartient à la collection : Pocket

Classification décimale Dewey : 613

Résumé ou extrait : La solution qu'attendent tous ceux qui veulent arrêter de fumer :- elle est instantanée ; - aussi efficace avec les grands fumeurs qu'avec les petits ; - elle ne provoque aucune angoisse par manque de cigarettes ; - elle ne requiert aucune volonté particulière ; - elle n'a rien d'un traitement de choc ; - n'entraîne aucun gain de poids ; - elle est définitive. La méthode simple pour en finir avec la cigarette est aussi un best-seller traduit en quinze langues

Sujet(s) : Activités manuelles, Bricolage

Bien-être et Famille

Loisirs, Vie Pratique

Santé

Santé et vie de la famille (santé physique et mentale, hygiène, sexualité, psychologie, pédagogie, enfants)

Santé, bien être