

Livre

Auteur(s) : Karila, Laurent (1973-...) (Auteur)
Titre(s) : Addictions, dites-leur adieu ! / Laurent Karila.
Editeur(s) : Paris : Mango, 2019.
Collection(s) : (Connaître, comprendre, optimiser : petit guide visuel).
Autres : 1 vol. (127 p.) . illustrations en couleur . 20 x 15 cm
Résumé : Des informations sur les mécanismes de diverses addictions telles que la cigarette, le sucre, l'Internet ou encore le sport. Le psychiatre addictologue propose des conseils pour mieux les comprendre et s'en libérer.
Notes : Index. - Tout public.
Sujet(s) : Dépendance (physiologie) ** Lutte contre ** Guides pratiques ;Dépendance (psychologie) ** Lutte contre ** Guides pratiques



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
La doc mezzanine	Bien-être et santé	613.8 KAR	Prêt normal	Disponible	Saint-Brieuc - Malraux