

Livre

Auteur(s) : Zermati, Jean-Philippe (Auteur)

Titre(s) : Maigrir sans régime / Dr Jean-Philippe Zermati.

Editeur(s) : Paris : O. Jacob, 2004 (72-La Flèche : Impr. Brodard & Taupin).

Collection(s) : (Pratique ; 6).

Autres : 414 p. . graph., couv. ill. en coul. . 18 cm

Résumé : Plus on fait de régimes, plus on grossit. Pire encore, on finit par ne penser qu'à ça ! De sorte que, pour beaucoup, la vie est devenue une guerre permanente contre la nourriture et contre soi-même...

Sujet(s) : Régimes amaigrissants



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	613.2 ZER	Prêt normal	Disponible	Plérin