

Livre

Auteur(s) : Benhaïem, Jean-Marc (Auteur)

Titre(s) : Oubliez le tabac ! : la méthode révolutionnaire pour arrêter de fumer / Dr Jean-Marc Benhaïem ; préface de François Roustang.

Editeur(s) : Paris : A. Michel, DL 2005 (85-Luçon : Impr. Pollina).

Autres : 1 vol. (245 p.) . 18 cm

Résumé : L'auteur propose d'utiliser l'auto-hypnose dans cet ouvrage qui possède une double spécificité : sa lecture elle-même a un effet hypnotique (l'auteur explique comment ça marche), et il fait participer le lecteur par des exercices nombreux et variés, tenant compte de la diversité des fumeurs, dont des exercices pour arrêter à deux.

Sujet(s) : Tabagisme ** Médecines parallèles ;Hypnothérapie



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Adultes	Documentaires	616.865 BEN	Prêt normal	Disponible	Plérin