

Autore Del Libro Come Smettere Di Fumare

STAI PENSANDO DI SMETTERE DI FUMARE? QUESTO È IL PRIMO PASSO NELLA GIUSTA DIREZIONE!

Non importa da quanto tempo fumi, o quanto fumi. Ogni momento è buono per cambiare la tua vita. **Basta solo un pó di forza di volontà e Nicorix, per sentirsi liberi.** Sconfiggere il vizio non solo ti darà una sensazione di libertà, ma anche concreti benefici!

Il fumo da tanto tempo non v'è piú di moda, la riduzione dei fumatori confermano le statistiche. **Ognuna di queste persone ha una propria storia nella quale ha avuto successo.** Alcuni volevano migliorare la salute, certi volevano avere piú soldi nel portafoglio, e gli altri migliorare il proprio aspetto. Adesso anche tu puoi unirti a questo gruppo – gruppo di persone, che hanno realizzato i propri sogni e hanno raggiunto lo scopo!

→ Guarda di piú ←
→ Guarda di piú ←
→ Guarda di piú ←



Recensioni - facile smettere di fumare se sai come farlo

È facile smettere di fumare se sai come farlo è un Libro di Allen Carr pubblicato da EWI Editrice. Leggi le recensioni degli utenti e acquistalo online su IBS.

Io ho. Comprato. Il libro a Novembre 2009, l'ho letto un. Mese dopo l'acquisto, e nn ho più fumato.



Facile smettere di fumare se sai come farlo

È facile smettere di fumare se sai come farlo è un libro di Allen Carr pubblicato da EWI Editrice : acquista su IBS a 10.00€!
Sembra un libro valido, ho iniziato a leggerlo da poco per poi regalarlo ad una persona molto cara



Basta un libro per smettere di fumare? Sì, se scegli uno di questi 5

Le hai provate tutte, ma ancora non ce l'hai fatta a spegnere l'ultima sigaretta. Hai mai pensato di leggere un libro per smettere di fumare (per sempre)?

E tu hai già scelto il **libro per smettere di fumare** che senti più adatto a te? Ti bastano pochi clic per **ricevere il libro a casa tua** e iniziare a leggere, cambiando per sempre la tua vita!



Smettere di fumare – I libri giusti per farlo

(Smettere di fumare) Esistono dei libri giusti che possono aiutare a smettere di fumare?
[I servizi di Sul Romanzo Agenzia Letteraria: Editoriali, Web ed Eventi.]



Un testo per smettere di fumare il più venduto nelle librerie online

Repubblica.it: il quotidiano online con tutte le notizie in tempo reale. News e ultime notizie. Tutti i settori: politica, cronaca, economia, sport, esteri, scienza, tecnologia, internet, spettacoli, musica, cultura, arte, mostre, libri, dvd, vhs, concerti, cinema, attori, attrici, recensioni, chat, cucina, mappe. Le città di Repubblica: Roma, Milano, Bologna, Firenze, Palermo, Napoli, Bari, Torino.

Non tutti riescono nell'impresa, ma chi è riuscito a fumare la famosa ultima sigaretta è profondamente grato all'autore. Ma chissà quanti hanno

tentato invano o sono ricaduti, a fronte della breve lista di personaggi famosi che ha usufruito con successo del metodo, come appare sul sito nella pagina dedicata alle testimonianze. Tra i nomi elencati ci sono Gianluca Viali, Stefano Gabbana, Corrado Guzzanti e Ferzan Ozpetek che nel suo ultimo film, Saturno contro, ha dato a Margherita Buy il ruolo di una terapeuta antifumo. E, assicurano dalla sede di Milano, tra gli ultimi c'è anche Sergio Castellitto.

I 10 migliori libri su come smettere di fumare

I 10 migliori libri su come smettere di fumare Top list dei migliori libri su come smettere di fumare Smettere di fumare è uno dei desideri più forti, ed uno dei più difficili da raggiungere

Prezzo Amazon.it: EUR 5,86 (al 07/08/2019 3:06 CEST – Avviso)

E - facile smettere di fumare se sai come farlo, il libro di Allen Carr

E' facile smettere di fumare se sai come farlo. Libro per smettere di fumare scritto da Allen Carr. Migliori libri per smettere di fumare. Easy Way Italia.

Una volta spiegati e rivoltati i falsi miti sul fumo, Allen Carr definisce i limiti della forza di volontà contro il fumo.



Libri su come smettere di fumare

Libri su come smettere di fumare Libri per smettere di fumare: i saggi migliori in circolazione Ultimo aggiornamento: 28 Luglio 2019 by LibriStaff I libri su come smettere di fumare

Chi fuma conosce bene la frustrazione che nasce dal vedere fallire tutti gli sforzi compiuti per cercare di smettere. E quasi sempre va a finire così. Il motivo? La maggior parte dei sistemi fa leva sulla forza di volontà. Adottare contro voglia nuovi comportamenti richiede molte energie mentali e genera forte stress psicologico, che a distanza di mesi spinge a cedere anche la persona più caparbia. "Smettere di fumare" offre una serie di tecniche basate sulla PNL (programmazione neurolinguistica), da mettere in atto per abbandonare il vizio del fumo e disassuefarsi dalla nicotina. Servendosi del metodo RESAP (Respiro solo aria pura), consente di sviluppare un atteggiamento diverso nei confronti della sigaretta, indirizzando la mente al piacere di riconquistare una salute e una forma fisica migliori.



E Facile Smettere di Fumare Se Sai Come Farlo

E' facile smettere di fumare di Allen Carr, acquistalo online da Macrolibrarsi, sconti e offerte speciali. E' facile smettere di fumare

Questo file, protetto da Adobe DRM, è compatibile con:



Facile smettere di fumare

Browse stories and reviews on Anobii of *È facile smettere di fumare* written by Allen Carr, published by EWI in format Economic pocket edition

Premetto che sto scrivendo questa recensione con una sigaretta nella mano sinistra.

Scovai questo libro parecchi anni fa, nella biblioteca della mia università, in un periodo in cui fumavo compulsivamente e meno consapevolmente, ma non da molto tempo.

L'originalità e il fatto che fosse inedito e interessante mi colpì molto e iniziai a leggerlo, ne ero abbastanza convinta, tanto che lo interruppi a metà perché "non mi sentivo pronta a smettere di fumare".

Le esperienze di vari conoscenti, e il modo stesso in cui l'autore lo presenta, descrivono il metodo proposto da Allen Carr "praticamente miracoloso". Tutt'al più, diversi mi dicevano che aveva funzionato, ma che avevano ricominciato a fumare tempo dopo.

Così l'ho ripreso in mano e divorato in pochi giorni, ma, l'esito si evince dall'inizio della mia recensione.

Libro carino, curioso, svela tanti "retroscena" sul mondo del fumo, ma da leggere soprattutto per curiosità. La sicurezza ostentata della sua efficacia nasconde un lato riduttivo e "millantatore" rispetto al tema.

