Smettere Di Fumare Sapendo Come Fare

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 và 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 più 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 più ←
→ Guarda di più ←
→ Guarda di più ←

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€!
Ottimo libro e consegna veloce

Come smettere di fumare? Trucchi e vantaggi

È possibile smettere di fumare? Qualunque sia il modo che avete scelto per farlo non sarà facile, ma sapendo cosa vi aspetta ce la farete.

Smettere di fumare non è facile, quindi siate orgogliosi dei traguardi raggiunti!

Facile smettere di fumare se sai come farlo

È facile smettere di fumare se sai come farlo. Questo libro è la chiave che permette di uscire dalla prigione del fumo con facilità. Il metodo Easyway (letteralmente modo facile) non si basa su
Ho smesso di fumare da 4 giorni dopo aver letto il libro. Mi sento libera, non sento più l´oppressione di DOVER fumare. La sigaretta era davvero una schiavitù e il libro mi ha aiutato a capire quello che già sapevo ma non volevo ammettere. Perchè era più facile cedere alla tentazione che fermarsi a pensare che fumare non mi ha mai aiutato.

Smettere con il fumo: percorso difficile, ma possibile

Le storie di 5 fumatori che hanno deciso di dire basta alle sigarette. Che molla ҐЁ scattata nella loro testa e come hanno fatto a non ricadere nel vizio? Smettere di fumare, per la maggior parte dei tabagisti, rappresenta un percorso difficile. Ma non per questo impossibile
«Una mattina mi sono guardata negli occhi allo specchio dicendomi: tu hai una problema con le sigarette, hai una dipendenza che ti condiziona la vita.
Ed è ora di chiudere questa faccenda»: Chiara, 34 anni, ligure ma quotidianamente in viaggio per motivi di lavoro, è stata drastica. «Odiavo l'incapacità di avere il controllo sulla sigaretta, ci ho provato un paio di volte a smettere ma la molla per abbandonarle è stata la paura per la mia salute », racconta Giovanni, 50enne napoletano che ha messo le radici della sua vita e professione al Nord. «La paura è una grande leva per smettere, ma da sola non basta: ti devi convincere che la tua salute è in pericolo . A me è successo dopo un ricovero in ospedale di 5 giorni per una tonsillite provocata da un batterio, non dal fumo. Ma io mi sono convinto del contrario e la paura di perdere la voce per sempre mi ha convinto a non fumare più», aggiunge il 43enne siciliano Angelo sempre in giro per l'Italia e che con la sua voce lavora tutti i giorni. Sono tre testimonianze di chi ha smesso di fumare e ha trovato dentro di sé la forza e la motivazione per dire addio alle sigarette.

Ґ€ facile smettere di fumare se sai come farlo torna a far discutere

L'intervento di Francesca Cesati, responsabile della Allen CarrвЂ™s Easyway Italia e della EWI Editrice che pubblica il libro di Allen Carr вЂЊҐ€ facile smettere di fumare se sai...
“…avevo ricominciato deliberatamente..”

Smettere di fumare è facile: intervista sul metodo EasyWay

Mi mancano solo poche pagine alla conclusione di uno dei libri più venduti del secolo, Smettere di fumare è facile se sai come farlo di Allen Carr. Prima di chiudere con il libro e con il fumo, scelgo di intervistare Francesca Cesati, che ha importato il medoto EasyWay di Allen Carr in Italia...
Mi mancano solo poche pagine alla conclusione di uno dei libri più venduti del secolo, *Smettere di fumare è facile se sai come farlo* di Allen Carr. Prima di chiudere con il libro e con il fumo, scelgo di intervistare Francesca Cesati, che ha importato il medoto EasyWay di Allen Carr in Italia.

Un testo per smettere di fumareil piщ 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.
Perchй per smettere di fumare bisogna innanzitutto volerlo e tra i diversi aiuti disponibili sul mercato - dai cerotti alle pillole o surrogati vari della nicotina, ipnosi, sedute o terapie - ci sono anche testi che guadagnano sempre piщ spazio negli scaffàli delle librerie. Tra questi c'и un curioso caso editoriale: Smettere di fumare и facile (se sai come farlo) di Allen Carr (edito da Ewi, 10 euro) un libretto di 192 pagine che da mesi и costantemente tra i primi dieci titoli piщ venduti in Italia, in libreria ma anche online (dove costa di meno). Un successo senza clamori, che continua a crescere e diffondersi solo grazie al passaparola.

Smettere Di Fumare Sapendo Come Fare

Smettere Di Fumare Sapendo Come Fare Come smettere di fumare è un grande libro che non ti lascerà indifferente dopo aver letto. Silvano mi portò un pezzo di pane e una brocca d'acqua. Lo mise
Silvano mi portò un pezzo di pane e una brocca d'acqua. Lo mise proprio dietro la porta, e mentre mi alzavo dal mio angolo per salutarlo e ringraziarlo, indietreggiò rapidamente attraverso l'ingresso, attraversò e spinse attraverso la pesante porta di quercia quando affondò. 'Padre Fabian è appena morto. Tra tre giorni avrà un funerale. Se puoi pregare almeno nella tua mente, fallo. La voce di Silvan risuonò oltre la porta, attutita, quasi mortale. Il messaggio in sé non mi sorprese, anzi, l'addio di Fabian a me. Ciò che mi sorprese, tuttavia, fu la paura di Silvan. Non ha un motivo per spaventarmi. Per tanti anni abbiamo vissuto fianco a fianco .

5 ANNI SENZA FUMARE, COME QUESTA SCELTA MI HA CAMBIATO LA VITA

5 ANNI SENZA FUMARE, COME QUESTA SCELTA MI HA CAMBIATO LA VITA I fumatori sono i migliori consumatori al mondo: fedeli, puntuali, indifferenti alle conseguenze. Lo so perché per 15 anni sono
Avete presente il criceto che corre sulla ruota? Talmente affannato nel correre da non accorgersi di non andare avanti? Ecco, smettendo di fumare è come se mi fossi accorta per la prima volta di essere sulla ruota. E di poter scendere, semplicemente fermandomi.

Facile smettere di fumare se sai come farlo

È facile smettere di fumare se sai come farlo È facile smettere di fumare – Se sai come farlo Allen Carr, inglese, ideatore di Easyway, è stato per più di trent'anni un accanito fumatore,
È facile smettere di fumare – Se sai come farlo