

GUY TRÉDANIEL ÉDITEUR

19, rue Saint Séverin
75005 Paris
Tél : 01 43 36 41 05
Fax : 01 43 31 07 45

Guy Trédaniel Éditeur

19, rue Saint Séverin 75005 Paris
Tél : 01 43 36 41 05 Fax : 01 43 31 07 45



collection **POCHE**

La minceur est à l'ordre du jour, d'autant plus que l'obésité menace aujourd'hui enfants et adultes. Les nombreux régimes proposés ici ou là sont-ils vraiment efficaces et, surtout, garantissent-ils un résultat durable ?
Peuvent-ils présenter des dangers ?
Quelle est la part de la réelle obésité et du rêve irréaliste d'une minceur confinant à la maigreur ?

L'auteur passe au crible toutes les méthodes, en dénonce les éventuels mensonges et en expose les vrais résultats, positifs ou non.
Il montre que les critères doivent s'adapter à chacun et chacune, selon ses antécédents, sa morphologie et son âge.
C'est donc un tour complet et impartial de cette quête de la minceur qui est proposé ici, assorti de conseils, d'astuces et de bons plans pour gagner et conserver une minceur personnalisée.



MINCIR
et rester mince

Céline DESVAUX

Genre : Santé
Code : 2823

Parution : Mai 2007

Format : 12 X 18
Pages : 128 pages
Intérieur : 2 couleurs
Illustré : oui
Prix : 6.90 €
Isbn : 978-2-84445-775-2
Code Barre :



9 782844 457752

COLLECTION POCHE