

image not found or type unknown



He decidit aprimar-me. Ara sí i per sempre

Jean-Michel Cohen

Fecha de publicació:

19/01/2012

Sello Editorial:

Columna Edicions

Contacto de prensa

Nombre: Núria Rosell

Teléfono: 93 492 86 71

Email: nuria.rosell@grup62.com

Nombre: Andrea Cuéllar

Teléfono: 93 492 8211

Email:

andrea.cuellar@grup62.com

Nombre: Xavier Gafarot

Teléfono: 93 492 8654

Email: xgafarot@grup62.com

Nombre: Directora de marketing
i comunicació AIG: Marta Oliva i
Domènech

Teléfono: 93 492 8155

Email: moliva@grup62.com

Apunta't ja a la revolució dietètica del doctor Cohen i gaudeix del cos que desitges!

Apunta't ja a la revolució dietètica del doctor Cohen i gaudeix del cos que desitges!

He decidit aprimar-me, el best-seller del doctor Jean-Michel Cohen, és el llibre de capçalera indispensable per als qui desitgen perdre pes de manera intel·ligent, perquè demostra que aprimar-se sense comprendre's un mateix mai no resulta eficaç, i que només és possible perdre pes quan prenem consciència de les causes de l'arribada dels quilos superflus. El doctor Cohen confirma que les explicacions psicològiques són fonamentals a l'hora de perdre pes, ja que tant les històries personals com les raons per voler estar prim són sempre úniques en cada individu. Jean-Michel Cohen proposa dietes a mida, simples, intel·ligents i de vegades sorprenents, perquè cadascú trobi dins de si mateix la solució que li permeti aprimar-se sense sentir-se frustrat.

image not found or type unknown



Jean-Michel Cohen