

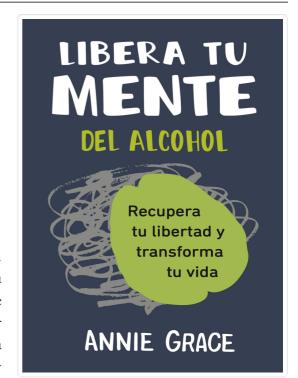


Grace, Anne

Libera tu mente del alcohol

Recupera tu libertad y transforma tu vida

¿Que' pasari'a si el alcohol dejara de tener poder sobre ti?En Libera tu mente del alcohol, Annie Grace desmonta los mitos sobre el alcohol y su impacto en la sociedad, mostra'ndote co'mo cambiar tu mentalidad de forma natural, sin culpa ni lucha interna. Con un enfoque innovador basado en la neurociencia, la psicologi'a conductual y su propia experiencia personal, este libro te gui'a para liberar tu mente del deseo de beber y recuperar el control de tu vida. Un e'xito internacional que ha transformado la relacio'n con el alcohol de miles de personas. Un enfoque cienti'fico y psicolo'gico. Basado en la neurociencia y la psicologi'a conductual, desmonta las creencias arraigadas sobre el alcohol. Cambio sin lucha interna. Ayuda a eliminar el deseo de beber sin sentir privacio'n ni culpa. Un feno 'meno global. Ha transformado la vida de miles de personas en todo el mundo.



Argitaletxea	Reverté
Bilduma	REM Life
Azalak	Tapa blanda o rústica
Orrialdeak	304
Neurria	200x130x21 mm.
Pisua	317
Hizkuntza	Español
Gaia	Psicología, pedagogía, autoayuda
EAN	9788410121249
PVP	14,95€
PVP,BEZik gabe	14,38 €

