



## J'arrête d'être addict ! (Grâce à l'auto-hypnose) : 21 jours pour changer

*Olivier Lockert, Gérard Cervi*

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

**J'arrête d'être addict ! (Grâce à l'auto-hypnose) : 21 jours pour changer**

Olivier Lockert, Gérard Cervi

 [Download J'arrête d'être addict ! \(Grâce à l' ...pdf](#)

 [Read Online J'arrête d'être addict ! \(Grâce à l'auto-hypnose\) : 21 jours pour changer ...pdf](#)

# **J'arrête d'être addict ! (Grâce à l'auto-hypnose) : 21 jours pour changer**

*Olivier Lockert, Gérard Cervi*

**J'arrête d'être addict ! (Grâce à l'auto-hypnose) : 21 jours pour changer** Olivier Lockert, Gérard Cervi

**Téléchargez et lisez en ligne J'arrête d'être addict ! (Grâce à l'auto-hypnose) : 21 jours pour changer  
Olivier Lockert, Gérard Cervi**

---

206 pages

Présentation de l'éditeur

Vous multipliez les fringales et n'arrivez pas à vous arrêter ? Vous venez d'acheter une énième paire de chaussures alors que vos placards débordent ? Vous n'en finissez pas d'arrêter de fumer ? Vous remettez tout au lendemain ? Pas de panique, les addictions ne sont pas une fatalité et des solutions existent ! Olivier Lockert et Gérard Cervi réunissent leur expertise pour vous aider, grâce à l'autohypnose, à mettre fin de manière naturelle aux addictions qui vous empoisonnent la vie. Des protocoles sur mesure adaptés à chaque addiction pour en venir à bout. Des exercices pour expérimenter les phénomènes d'hypnose et stabiliser vos acquis. Des plans d'action pour optimiser les bienfaits des exercices. Les réponses des experts à toutes vos questions. Grâce à cet ouvrage, libérez-vous enfin et retrouvez votre légèreté ! Biographie de l'auteur Olivier Lockert est hypnothérapeute, formateur et auteur d'une vingtaine d'ouvrages. Fondateur de l'Hypnose Humaniste, il dirige l'Institut Français d'Hypnose Humaniste et Ericksonienne (IFHE) et donne des formations à travers le monde. Gérard Cervi est hypnothérapeute, formateur et conférencier en France et à l'international. Il enseigne à l'IFHE. Il est spécialiste Mind Mapping, en gestion des émotions et du stress grâce à cohérence cardiaque, notamment en entreprise où il intègre les principes et techniques de l'Hypnose Humaniste.

Download and Read Online J'arrête d'être addict ! (Grâce à l'auto-hypnose) : 21 jours pour changer Olivier Lockert, Gérard Cervi #3R0BWF1XCHU

Lire J'arrête d'être addict ! (Grâce à l'auto-hypnose) : 21 jours pour changer par Olivier Lockert, Gérard Cervi pour ebook en ligneJ'arrête d'être addict ! (Grâce à l'auto-hypnose) : 21 jours pour changer par Olivier Lockert, Gérard Cervi Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres J'arrête d'être addict ! (Grâce à l'auto-hypnose) : 21 jours pour changer par Olivier Lockert, Gérard Cervi à lire en ligne.Online J'arrête d'être addict ! (Grâce à l'auto-hypnose) : 21 jours pour changer par Olivier Lockert, Gérard Cervi ebook Téléchargement PDFJ'arrête d'être addict ! (Grâce à l'auto-hypnose) : 21 jours pour changer par Olivier Lockert, Gérard Cervi DocJ'arrête d'être addict ! (Grâce à l'auto-hypnose) : 21 jours pour changer par Olivier Lockert, Gérard Cervi MobipocketJ'arrête d'être addict ! (Grâce à l'auto-hypnose) : 21 jours pour changer par Olivier Lockert, Gérard Cervi EPub

**3R0BWF1XCHU3R0BWF1XCHU3R0BWF1XCHU**