



L'amour et les kilos

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

L'amour et les kilos

Docteur Stéphane Clerget, Bernadette Costa-Prades

L'amour et les kilos Docteur Stéphane Clerget, Bernadette Costa-Prades

 [Télécharger L'amour et les kilos ...pdf](#)

 [Lire en ligne L'amour et les kilos ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne **L'amour et les kilos** Docteur Stéphane Clerget, Bernadette Costa-Prades

224 pages

Revue de presse

Un ouvrage facile à lire et réconfortant. --Pèlerin Présentation de l'éditeur

Nous aimons comme nous mangeons, et nos kilos superflus sont souvent en lien avec nos difficultés à aimer et à être aimé. Que s'est-il passé dans l'enfance et à l'adolescence pour que la nourriture soit devenue la consolation à tous les chagrins d'amour ? Rencontre, vie de couple, sexualité, divorce : chaque étape, chaque épreuve peut être l'occasion de se poser les bonnes questions.

Avec la journaliste Bernadette Costa-Prades, Stéphane Clerget donne des clés pour comprendre les origines, dans l'enfance, de notre relation affective à la nourriture. Il offre ensuite des conseils pour agir et trouver apaisement et réconfort autrement que dans la nourriture. Une fois se chemin parcouru, chacun pourra se réconcilier avec la nourriture, mais aussi avec son corps, pour pouvoir enfin aimer - et s'aimer - sereinement en gardant un poids d'équilibre.

Le Dr Stéphane Clerget est psychiatre, chercheur et praticien hospitalier. Il a mis en place l'une des premières consultations d'aide à la parentalité. Il a écrit plus d'une dizaine d'ouvrages (*Soigner son moral au naturel* ; *Comment survivre quand les parents se séparent* ; *L'amour et les kilos*) et intervient régulièrement dans les médias. Biographie de l'auteur

Le Dr Stéphane Clerget est psychiatre, chercheur et praticien hospitalier. Il a mis en place l'une des premières consultations d'aide à la parentalité. Il a écrit plus d'une dizaine d'ouvrages (*Soigner son moral au naturel* ; *Comment survivre quand les parents se séparent* ; *L'amour et les kilos*) et intervient régulièrement dans les médias.

Bernadette Costa-Prades est journaliste spécialisée dans le domaine du couple et de la famille et auteur de nombreux ouvrages. Dernières parutions : *Apprendre à faire le vide* (en collaboration avec Paul Ariès), chez Milan, et *Parents, osez vous faire obéir*, en collaboration avec le Dr Stéphane Clerget, chez Albin Michel.

Download and Read Online **L'amour et les kilos** Docteur Stéphane Clerget, Bernadette Costa-Prades

#N36CH0EGXMQ

Lire L'amour et les kilos par Docteur Stéphane Clerget, Bernadette Costa-Prades pour ebook en ligne L'amour et les kilos par Docteur Stéphane Clerget, Bernadette Costa-Prades 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 L'amour et les kilos par Docteur Stéphane Clerget, Bernadette Costa-Prades à lire en ligne. Online L'amour et les kilos par Docteur Stéphane Clerget, Bernadette Costa-Prades ebook Téléchargement PDF L'amour et les kilos par Docteur Stéphane Clerget, Bernadette Costa-Prades Doc L'amour et les kilos par Docteur Stéphane Clerget, Bernadette Costa-Prades Mobipocket L'amour et les kilos par Docteur Stéphane Clerget, Bernadette Costa-Prades EPub
N36CH0EGXMQN36CH0EGXMQN36CH0EGXMQ