

Donne Che Fumano Troppo Come Smettere Per Sempre Senza Ingrassare Con Cd Audio

In questo ebook, l'autrice presenta strumenti di auto-aiuto utili e testati per vivere i cambiamenti durante la gravidanza come risorse emotive e di crescita personale, piuttosto che come sconvolgimenti. E' un manuale concreto, fatto di domande, strumenti, esercizi mentali da fare che l'autrice presenta con la leggerezza delle sue dolci e rassicuranti parole. Il libro contiene anche alcuni consigli utili per gestire quei concreti fastidi dei nove mesi. Senza drammi o montagne insormontabili, la forza di questi consigli è la fattibilità e, soprattutto, il cambio di vita in prospettiva: migliorare per la gravidanza, e per la vita. Nella terza parte dell'ebook, viene presentato il metodo per partorire serenamente, chiamato dall'autrice "Partorisci Immaginando": il metodo è presentato in tutte le sue parti e per tutti i momenti di travaglio ed espulsione. Il metodo ingloba visualizzazioni, musica, canto, respirazione, coinvolgimento della mente inconscia, rilassamento e altri accorgimenti. Prefazione della trainer di PNL Patrizia Belotti.

Scegli di vivere nel corpo che vuoi e di dimagrire senza fatica. Scegli di allearti con la tua mente.

RLA.

Come stai? Leggere i segnali del corpo per riconoscere gli indicatori di disturbi e malattie e distinguerli dai falsi allarmi

ANNO 2019 L'AMMINISTRAZIONE

L'Emporio pittoresco

Il Messaggero della salute

Donne che fumano troppo. Come smettere per sempre senza ingrassare. Con CD Audio
Semplicemente felice SPERLING & KUPFER

Ogni alfabeto contiene innumerevoli storie. Alla A possiamo incontrare una nuova Antigone, segretaria convinta che la vita non si possa ridurre al solo lavoro. La B è una betulla in cui si cela il segreto della vita dopo la morte, e che va annaffiata con amore. Nel cuore della C si aprono una dopo l'altra delle crepe: una donna fuggita dalla sua famiglia si guarda indietro per la prima volta, mentre un'altra che sempre rimasta fedele inizia a chiedersi che senso abbia restare. La D delimita ideserti invisibili che separano i genitori dai figli, un fratello da una sorella. La bellezza dell'alfabeto è che non richiede un ordine di lettura, possiamo perderci dentro la vocale di un amore e ritrovarci nella consonante di un viaggio, per poi perderci ancora e ancora. Comporre un Abbecedario per il mondo nuovo: questa la sfida lanciata dal Piccolo Teatro di Milano ai finalisti e

vincitori del premio Hystrio – Scritture di Scena e del premio Riccione – Pier Vittorio Tondelli. Ventisei drammaturghi entro i trentacinque anni di età, uno per ogni lettera dell'alfabeto, che hanno scelto ciascuno una parola che avesse un valore simbolico e fondativo dell'immaginario futuro, e su essa hanno costruito una propria creazione narrativa. Il risultato sono ventisei testi teatrali sperimentali che attraversano l'insieme di forme e possibilità offerte dalla drammaturgia contemporanea italiana, da un dialogo sulla letteratura tra amici cresciuti con Harry Potter a un monologo notturno sulle note della Rapsodia ungherese n.2 di Franz Liszt, da un'intervista allo Yeti dopo la fine del mondo a una conversazione tra due marinai su una barca che, forse, non ha neanche un capitano. Arricchito dalla prefazione di Gerardo Guccini, Abbecedario per il mondo nuovo un'antologia di voci e storie uniche, nella quale si riflettono le inquietudini di una generazione trovata a varcare le soglie di un cambio d'epoca dai contorni come mai prima confusi: un labirinto di contraddizioni e trasformazioni che il teatro può ancora riuscire a raccontare; cui, soprattutto, può ancora offrire le parole per il suo disvelamento.

Emanciparsi dalle dipendenze

Rivista bibliografica italiana

L'illustrazione italiana rivista settimanale degli avvenimenti e personaggi contemporanei sopra la storia del giorno, la vita pubblica e sociale, scienze, belle arti, geografia e viaggi, teatri, musica, mode [ecc.]

strategie d'intervento per operatori ed educatori

I diritti della scuola

Quanto può essere pericoloso un esame medico? Che tipo di danni provoca lo smog? Il fumo fa più male alle donne o agli uomini? La memoria si può allenare? I farmaci equivalenti hanno la stessa efficacia di quelli "griffati"? Sono molti i dubbi, le paure o le semplici curiosità che ci spingono a cercare chiarimenti e rassicurazioni sul nostro stato di salute: si moltiplicano i siti di medicina, le rubriche di informazione e i pareri gratuiti di persone più o meno accreditate, ma molto spesso il "fai da te" non funziona. In questo libro Sergio Harari, professionista di fama e autorevole editorialista del "Corriere della Sera" su temi di salute, risponde in modo chiaro e conciso ai molti interrogativi che ogni giorno ci poniamo sui piccoli disturbi o i grandi problemi del nostro corpo. Domande e risposte che riproducono il sano rapporto di fiducia che s'instaura tra il paziente e il medico competente, consigli in grado di tranquillizzare e proteggere dal rischio di gravi fraintendimenti e di aiutarci a gestire al meglio la nostra salute e quella di chi ci sta vicino. Prefazione di Luigi Ripamonti

Come un pesce che, già certo della cattura, con un colpo di coda sfugga alla mano del pescatore, la narrazione di queste storie conduce ad un esito imprevisto. Un salto finale che accompagna fuori dall'ordinario e manifesta il mistero. "Come a rivelare aspetti del mondo fenomenico (sentimenti compresi) sconosciuti, insoliti, capaci di dar vita a una svolta, un ribaltamento che a volte son verosimili, altre volte onirici, ma sempre attraenti, mai convenzionali" scrive Livio Romano a proposito dei racconti qui riuniti. Come sono fatte le cose se le si guarda da un'altra prospettiva, aprendole e scomponendole come fanno i bambini per sapere come funzionano i giocattoli?"

La ricerca come relazione
Romance Languages Annual
Bollettino storico della svizzera italiana
Ora et pedala

Quando entra nell'aula di tribunale in cui verrà giudicata per l'omicidio del suo giovanissimo amante, Gladys Eysenach viene accolta dai mormorii di un pubblico sovreccitato, impaziente di conoscere ogni sordido dettaglio di quella che promette di essere l'affaire più succulenta di quante il bel mondo parigino abbia visto da anni. Nel suo pallore spettrale, Gladys evoca davvero l'ombra di Jezabel, l'ombra che nell'"Athalie" di Racine compare in sogno alla figlia. La condanna sarà lieve, poiché la difesa invoca il movente passionale. Ma qual è la verità – quella verità che Gladys ha cercato in ogni modo di occultare limitandosi a chiedere ai giudici di infliggerle la pena che merita?

The unfortunate appearance of AIDS, the manifold problems with herpesviruses and other viruses attacking humans have led to an enormous dynamism of worldwide research and to an immense increase in the corresponding literature. With this first Special Topic of the monograph series Progress in Drug Research, the editor and the publishers undertake an effort to supply concise reviews on virus research, especially on the development of new and future antiviral agents in some important and widespread viral diseases. Latest Progress in Drug Research articles dealing with new chemotherapeutics for the treatment of the most threatening viral diseases are presented. These very well received articles were upgraded and supplemented with new chapters to form this actual overview of the achievements in the respective fields of virus research. This special volume contains six review articles covering the latest studies on the HIV and hepatitis C and B viruses...

Il medico in tasca

Nuovi Argomenti (34)

Le missioni cattoliche rivista quindicinale

Frugolino giornale dei fanciulli

l'intervista nelle scienze sociali

Ambientato tra Milano e Massa, Io e le Noir è un diario che prende le mosse da un classico: l'innamoramento tra il paziente e il terapeuta, nella fattispecie tra Nora (la Noir del titolo) e Andrea, psicologo e psichiatra. La convivenza tra i due mostrerà però ben presto la corda, facendo emergere differenze caratteriali inconciliabili, al punto che Nora – irrimediabilmente depressa – deciderà di suicidarsi. Oppure sarà stato il dottor Barra – esasperato dall'egocentrismo di Nora – a indurla a suicidarsi, a furia di somministrarle ansiolitici e antidepressivi che calmavano il suo animo inquieto e i suoi accessi d'ira ma che le provocavano anche dei picchi d'umore così contrastanti da farla precipitare in una grave forma di esaurimento nervoso? Il terapeuta Andrea – come un dominus in grado di decidere della vita o della morte della sua paziente – diventa un burattinaio che muove i fili del suo burattino, la paziente Nora.

Cosa fa davvero il botulino al tuo corpo mentre spiana qualche ruga? In un libro coraggioso e documentato i rischi e i pericoli di una bellezza "a tutti i costi".

Il morgagni giornale indirizzato al progresso della medicina. Parte 1., Archivio o Memorie originali

Abbecedario per il mondo nuovo

Semplicemente felice

Botulin free

Il giusto peso per sempre senza dieta - Sperling Tips

Cosa spinge le persone ad avere comportamenti potenzialmente distruttivi, come bere, mangiare troppo o assumere droghe?

Qual è il vero problema? Questi comportamenti sono in realtà

il risultato della frustrazione e del senso di vuoto che la

persona prova. Sono il tentativo di distrarsi da quel senso

di vuoto, con comportamenti che producono un provvisorio

cambiamento di stato. Quali sono i contesti d'apprendimento

legati a queste situazioni? La famiglia? Il gruppo? Non

solo. Si può dire che l'abuso di sostanze rappresenti un

percorso e un'esasperazione soggettiva di una più diffusa

cultura della dipendenza. Nel lavoro proposto si mette a

fuoco uno dei più importanti tratti comuni alle dipendenze

patologiche: l'uso delle sostanze come medium emozionale di

valorizzazione, dove esse rappresentano, cioè, l'unico mezzo

riconosciuto dalla persona per rifuggire sensazioni di vuoto-

dolore o per accedere a stati emozionali che rimandino

consistenza e piacere. Dalle dipendenze è possibile

liberarsi. Ma si deve intraprendere un percorso complesso e

difficoltoso. Si devono esplorare domande del tipo: Cosa

deve cambiare nella persona con problemi di dipendenza? E

soprattutto: Come può cambiare? Il cambiamento è crescita

emozionale e culturale. Il senso del lavoro, quindi, non

consiste soltanto nel costruire le proprie risposte, ma

soprattutto nell'apprendere la ricerca di queste risposte.

Allora, si potrà realizzare un passaggio fondamentale nella

crescita personale. Il passaggio dal vuoto, dalla chiusura

(bisogno di amplificare oltremodo lo stimolo per percepirne

il senso, il gusto) alla individuazione di un proprio gusto

interiore. Il libro si rivolge agli operatori ed educatori

che in situazioni e posizioni diverse lavorano nel campo

delle dipendenze patologiche. Così come si rivolge ai

docenti e studenti dei relativi corsi di studi ...

(Editore).

Noi siamo quello che altri hanno voluto che diventassimo.

Facciamo in modo che diventiamo quello che noi avremmo

(rafforzativo di saremmo) voluto diventare. Oggi le persone

si stimano e si rispettano in base al loro grado di utilità

materiale da rendere agli altri e non, invece, al loro

valore intrinseco ed estrinseco intellettuale. Per questo

gli inutili sono emarginati o ignorati.

C'era una volta in Italia
La Rassegna nazionale
Teatri, arti e letteratura
"L" Incubo
Altri alfabeti

Viaggio intorno alle vicissitudini della coppia: dalla magia dell'incontro alla nascita della passione, dalle prime crisi alla possibile separazione. Scritto sotto forma di domanda e risposta, con uno stile chiaro e colloquiale, il libro è utile alle persone che vogliono trovare l'amore e viverlo al meglio, senza cadere in pericolosi giochi psicologici di potere, ma anche a quanti vogliono chiudere relazioni senza futuro e guardare con fiducia all'avvenire.

Hanno collaborato: Enzo Siciliano, Massimo Rizzante, Kenzaburo Oe, Angelo Ferracuti, Andrea Bajani, Elisabetta Liguori, Flavio Santi, Carola Susani, Roberto Saviano, Massimiliano Zambetta, Andrea Melone, Alessandro Piperno, Lorenzo Pavolini, Emanuele Trevi, Sara Ventroni, Roberto Canò, Mark Strand, Amelia Rosselli, Damiano Abeni, Gabriella Palli Baroni, Alba Donati, Massimo Gezzi, Frank Bidart, Vincenzo Della Mea, Bartolomeo Di Monaco, Giuliana Petrucci, Raffaella D'Elia, Carlo Carabba, Fabrizia Giuliani, Helena Janeczek, Gianni Clerici, Federica De Paolis, Leonardo Colombati, Valerio Magrelli, Francesco Feola, Valeria Parrella.

Cultura e lavoro periodico mensile di varia coltura

Preparati al parto e a essere Mamma

Io e le noir

Gravidanza Serena

Donne che fumano troppo. Come smettere per sempre senza ingrassare. Con CD Audio

Quali sono i rischi nell'uso prolungato della "pillola"? Che cosa succede all'organismo (femminile e maschile) quando si entra nella pubertà? Come vivere la maternità? Come e dove si effeuffa l'interruzione volontaria della gravidanza? Quali sono e come si usano i metodi di contraccezione? Come è possibile prevenire e curare le malattie veneree? Sono questi alcuni dei problemi che ciascuno di noi, donna o uomo, giunge prima o poi a porsi. Concepito per rispondere alle esigenze di un vasto pubblico, scritto con un linguaggio estremamente semplice ed accessibile a tutti, con un testo spesso elaborato sotto forma di domanda/risposta, corredato da un'ampia serie di illustrazioni esemplificative e da indirizzi utili, il volume vuol essere una "guida pratica" (non un trattato teorico) per tutti, giovani e meno giovani, donne e uomini, a cui esporre in termini di immediata comprensione e di informazione di base delle questioni che spesso sono del tutto ignorate o che, peggio, si crede a torto di conoscere e di saper affrontare convenientemente. In appendice, un aggiornamento sulla situazione italiana a cura dell'AIED (Associazione Italiana per l'Educazione Demografica) e il testo completo della legge sull'interruzione volontaria della gravidanza e sulla tutela sociale della maternità.

(Editore).

"Questo libro non contiene la Verità. Diffida da coloro che affermano di possederla. Non credermi e basta. Preparati: più sarai protagonista di questo libro più sarai semplicemente felice."

*rivista mensile d'igiene, di terapia fisio-psichica e di cultura eclettica. Anno I-X
(num. 1-111). giugno. 1919-dic. 1929*

L'emporio pittoresco giornale settimanale

Jezabel

Generazione ex. Storie di donne felicemente divorziate

Georgia, Armenia e Azerbaigian

Il viaggio di Caprarica a ritroso nel tempo e nei luoghi in un cui è iniziata la Storia d'Italia. I dati che leggerete sono accurati, le storie autentiche e documentate. Forse non con i criteri dello storico ma con lo scrupolo di un cronista rigoroso.

revista settimanale

Rivista bibliografia italiana

cicloriflessioni di un curato di campagna

Antiviral Agents

Il Morgagni