



Toi, toi mon poids: Le combat d'une femme pour perdre du poids (ESSAI) (French Edition)

Marinette Wagener, La Boîte à Pandore

[Download now](#)

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

Toi, toi mon poids: Le combat d'une femme pour perdre du poids (ESSAI) (French Edition)

Marinette Wagener, La Boîte à Pandore

Toi, toi mon poids: Le combat d'une femme pour perdre du poids (ESSAI) (French Edition) Marinette Wagener, La Boîte à Pandore

La lutte au quotidien d'une jeune femme contre son poids

Que fait-on quand on est en surpoids et que l'on se bat sans relâche pour maîtriser sa silhouette ? Que faire quand on passe plus de temps "en régime" qu'à manger normalement ? C'est à ces questions et bien d'autres que répond avec réalisme l'auteur de ce livre.

Le surpoids entraîne chez les personnes qui en souffrent un sentiment de dépréciation de soi et d'exclusion. Le regard des autres, souvent accusateur et parfois cruel, blesse profondément celui ou celle qui ne rentre pas dans les standards de la mode. Cette histoire est celle d'une femme qui se bat contre son poids, contre les difficultés que cela engendre, contre les moqueries et qui décide, malgré un terrible drame qu'elle traverse, de devenir ce qu'elle veut être. Sa volonté, ses coups de gueule, ses déceptions et sa ténacité font de ce livre un livre d'aventure ; celle de l'aventure humaine de quelqu'un qui ne renonce jamais.

Un témoignage poignant et un message d'espoir sur un sujet sensible

À PROPOS DE L'AUTEUR :

Marie-Henriette Wagener, dite Marinette, est mère de deux enfants. Femme engagée et dynamique, elle propose dans cet ouvrage des solutions réalistes et pratiques pour contrôler son poids. Elle milite au sein de l'association BOLD.

EXTRAIT :

Comme beaucoup de personnes ayant franchi le cap de la quarantaine, j'établis des bilans et rassemble mes souvenirs afin de faire le point et me rendre compte de ce que furent les bonnes et moins bonnes choses de ma vie. Comme ce fut le cas tout au long de mon existence, c'est par l'écriture qu'il me plaît le mieux de m'arrêter sur tous ces jalons de mon parcours pour les revoir et comprendre mes erreurs, mes défauts, mes qualités, tout ce qui a composé ma vie.

Ce travail de mémoire m'amène tout naturellement à penser d'abord à ce qui fut mon plus grand bonheur, la naissance de mes enfants. Mais, déjà là, une ombre passe et je deviens mélancolique, car la première de ces naissances fut marquée par un événement d'une grande tristesse qui restera pour moi toujours le plus pénible de mes souvenirs. Le petit ange qui aurait dû combler mes attentes de mère n'a pu voir le jour, et le matin de Noël 1985, quatre jours après sa naissance, nous avons porté en terre notre petit Julien.

La raison de ce décès est la même que pour toutes les autres ombres qui m'ont gâché la vie, cette maladie que l'on hésite encore à appeler comme telle dans notre beau pays, l'obésité. Ce problème comme je le dis souvent m'a pollué l'existence et c'est au fil des fluctuations pondérales que je me rappelle aujourd'hui de celle-ci. Car je n'ai pas toujours supporté un excédent de poids, pendant les sept premières années de ma vie, ce fut plutôt le contraire.

 [Download](#) Toi, toi mon poids: Le combat d'une femme pour per ...pdf

 [Read Online](#) Toi, toi mon poids: Le combat d'une femme pour p ...pdf

Download and Read Free Online Toi, toi mon poids: Le combat d'une femme pour perdre du poids (ESSAI) (French Edition) Marinette Wagener, La Boîte à Pandore

From reader reviews:

Marquita Oswald:

Reading a book tends to be new life style in this particular era globalization. With reading you can get a lot of information which will give you benefit in your life. With book everyone in this world can certainly share their idea. Textbooks can also inspire a lot of people. Lots of author can inspire their own reader with their story or even their experience. Not only situation that share in the books. But also they write about the knowledge about something that you need instance. How to get the good score toefl, or how to teach your young ones, there are many kinds of book which exist now. The authors on earth always try to improve their expertise in writing, they also doing some study before they write for their book. One of them is this Toi, toi mon poids: Le combat d'une femme pour perdre du poids (ESSAI) (French Edition).

Frank Wimmer:

Toi, toi mon poids: Le combat d'une femme pour perdre du poids (ESSAI) (French Edition) can be one of your starter books that are good idea. Most of us recommend that straight away because this publication has good vocabulary which could increase your knowledge in words, easy to understand, bit entertaining but still delivering the information. The writer giving his/her effort to put every word into pleasure arrangement in writing Toi, toi mon poids: Le combat d'une femme pour perdre du poids (ESSAI) (French Edition) yet doesn't forget the main level, giving the reader the hottest along with based confirm resource info that maybe you can be one of it. This great information could drawn you into brand-new stage of crucial considering.

Jerald Higgins:

You may spend your free time you just read this book this e-book. This Toi, toi mon poids: Le combat d'une femme pour perdre du poids (ESSAI) (French Edition) is simple to deliver you can read it in the recreation area, in the beach, train in addition to soon. If you did not have much space to bring the particular printed book, you can buy the e-book. It is make you simpler to read it. You can save often the book in your smart phone. And so there are a lot of benefits that you will get when you buy this book.

Angelica Adams:

What is your hobby? Have you heard that question when you got students? We believe that that query was given by teacher for their students. Many kinds of hobby, Everybody has different hobby. And also you know that little person just like reading or as studying become their hobby. You have to know that reading is very important along with book as to be the factor. Book is important thing to provide you knowledge, except your teacher or lecturer. You see good news or update with regards to something by book. A substantial number of sorts of books that can you go onto be your object. One of them is niagra Toi, toi mon poids: Le combat d'une femme pour perdre du poids (ESSAI) (French Edition).

Download and Read Online Toi, toi mon poids: Le combat d'une femme pour perdre du poids (ESSAI) (French Edition) Marinette Wagener, La Boîte à Pandore #Q20FV3WH6TU

Read *Toi, toi mon poids: Le combat d'une femme pour perdre du poids (ESSAI) (French Edition)* by Marinette Wagener, La Boîte à Pandore for online ebook

Toi, toi mon poids: Le combat d'une femme pour perdre du poids (ESSAI) (French Edition) by Marinette Wagener, La Boîte à Pandore Free PDF d0wnl0ad, audio books, books to read, good books to read, cheap books, good books, online books, books online, book reviews epub, read books online, books to read online, online library, greatbooks to read, PDF best books to read, top books to read *Toi, toi mon poids: Le combat d'une femme pour perdre du poids (ESSAI) (French Edition)* by Marinette Wagener, La Boîte à Pandore books to read online.

Online *Toi, toi mon poids: Le combat d'une femme pour perdre du poids (ESSAI) (French Edition)* by Marinette Wagener, La Boîte à Pandore ebook PDF download

***Toi, toi mon poids: Le combat d'une femme pour perdre du poids (ESSAI) (French Edition)* by Marinette Wagener, La Boîte à Pandore Doc**

***Toi, toi mon poids: Le combat d'une femme pour perdre du poids (ESSAI) (French Edition)* by Marinette Wagener, La Boîte à Pandore Mobipocket**

***Toi, toi mon poids: Le combat d'une femme pour perdre du poids (ESSAI) (French Edition)* by Marinette Wagener, La Boîte à Pandore EPub**