

MIMI SPENCER

"Perfeito para todas que não aguentam mais dietas." *THE TIMES*

101 coisas para fazer antes da dieta

Porque ser bonita não é apenas
uma questão de perder peso




Best Seller

Resumo de 101 Coisas Para Fazer Antes da Dieta

Cansada de ver o sofrimento das mulheres para se adequarem à atual tirania da magreza. a guru do estilo Mimi Spencer resolveu desconstruir o mito do regime compartilhando dicas valiosas para que as leitoras se sintam mais esbeltas.

deslumbrantes e bem consigo mesmas. Com seu profundo conhecimento em assuntos femininos. Mimi ensina como encontrar o jeans perfeito. como usar roupas que emagrecem. como pesar menos comendo mais. enfim.

como ser feliz com o próprio corpo sem. necessariamente. fazer dieta. Afinal. ser bonita não é apenas uma questão de perder peso.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)