

1. Record Nr.	UNINA9910163279203321
Autore	Emmerson Kate
Titolo	Ditch Your Glitch
Pubbl/distr/stampa	Micro Publishing Media
ISBN	1-944068-13-9
Lingua di pubblicazione	Inglese
Formato	Materiale a stampa
Livello bibliografico	Monografia
Sommario/riassunto	A practical no-nonsense book that teaches you the WHY and the HOW of ridding yourself of emotional, physical and body clutter. A holistic approach with takeaways that make this book a guide for permanent change.