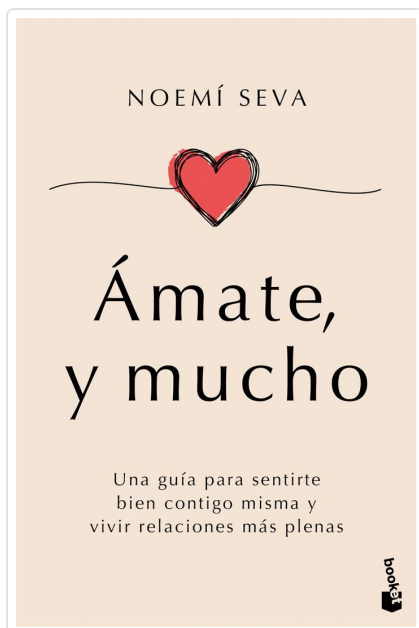


ÁMATE, Y MUCHO



Seva, Noemí

SINOPSIS

Descubre las herramientas que te ayudarán a construir relaciones sólidas y sanas. Si sientes que inviertes demasiada energía en tus relaciones, pasas de ser una mujer segura a dudar de ti misma o crees que quizá hay algo «malo» en ti, si vives las relaciones desde la ansiedad y la preocupación y tu estado de ánimo varía según lo que hace o dice la otra persona, imagínate por un momento ser tú misma y vivir tus relaciones más tranquila, sintiéndote más segura y valiosa, siendo capaz de darte lo que necesitas. ¿Te gusta esa sensación? Entonces, este libro es para ti.

Noemí Seva te acompaña en un viaje de introspección donde aprenderás a cultivar tu autonomía y a recuperar tu poder como mujer. En estas páginas aprenderás a escucharte y a priorizarte para sentirte en calma y a gusto contigo, estés soltera o en pareja. Paso a paso, irás tomando pequeños compromisos contigo misma y descubrirás cómo disfrutar tus relaciones sin perder tu centro, soltando las historias que te dañan y eligiendo personas que te hagan sentir valorada y cuidada, para vivir segura, auténtica y en coherencia con la mujer que eres hoy....



Editorial	BOOKET
Materia	[VSPM] AFIRMACIÓN PERSONAL, MOTIVACIÓN, AUTOESTIMA Y ACTITUD MENTAL POSITIVA
EAN	9788408307631
Status	Disponible
Páginas	272
Tamaño	190x125x0 mm.
Precio (Imp. inc.)	10,95€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	24/09/2025