

## FUERTES, LIBRES Y NOMADAS



### PUNSET, ELSA

#### SINOPSIS

Tenemos la sensación colectiva de estar viviendo algo excepcional, pero no es el mundo el que ha cambiado, somos nosotros. Detrás del muro impenetrable que los humanos habíamos construido, estamos redescubriendo otro modo de vivir, otra realidad. Nos hallamos frente a una inmensa oportunidad de reinventarnos y de contribuir a cambios personales y colectivos únicos. +Qué puede frenarnos? +Cómo formar parte del cambio y de la solución? Con el anhelo de inspirar, Elsa Punset nos presenta propuestas prácticas centradas en la importancia de desarrollar hábitos de optimismo inteligente, en potenciar nuestra creatividad y en relacionarnos de manera sana con la tecnología y con los demás; en definitiva: en cómo podemos transformar nuestras vidas, y con ellas nuestro planeta estresado, desde gestos y actitudes cotidianos que nos ayuden a comprendernos y dar lo mejor de nuestra humanidad. ...



Editorial	DESTINO EDICIONES, S.A.
Materia	AUTOAYUDA Y SUPERACION
Colección	SIN COLECCION
EAN	9788423358021
Status	Disponible
Páginas	208
Tamaño	165x235x mm.
Peso	1
Precio (Imp. inc.)	18,90€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	18/08/2020

#### Títulos relacionados



CUARTO DE ATRAS, EL  
MARTIN GAITE,  
CARMEN



TESORO, EL



PABELLON DE REPOSO



ARTE SIMBOLISTA, EL  
LUCIE-SMITH