

Vida empieza cada día (Campaña Día del Libro edición limitada)



Igartiburu, Anne

SINOPSIS

«La vida es lo que sucede aquí y ahora». Un libro repleto de reflexiones y aprendizajes de Anne Igartiburu para cada día del año. Vivir no es algo estático. La vida se destruye y se construye con cada respiración, con cada tictac, con cada amanecer y cada pequeño gesto. Por eso, este libro es un compañero ideal en la aventura de existir. En su interior atesora 366 reflexiones que te invitan a ser consciente de quién quieres ser en cada momento, a estar más cerca de ti mismo y a vivir más intensamente el momento presente. Anne Igartiburu, comunicadora desde hace más de dos décadas, es una de las presentadoras de televisión más queridas y reconocidas de nuestro país. Durante los últimos años ha desempeñado una bonita labor de divulgación en el ámbito del bienestar emocional, una de sus grandes pasiones y en la que se ha formado con algunos de los mejores profesionales de distintos campos. Sus encuentros con expertos en psicología, psiquiatría, neurociencia o filosofía en sus diferentes canales de difusión y en su Podcast Mi Latido de Más le han otorgado gran reconocimiento. En este libro quiere compartir algunos de sus más preciados aprendizajes fruto de este trabajo...



Editorial	DEBOLSILLO
Materia	<Genérica>
EAN	9788466375320
Status	Disponible
Páginas	392
Tamaño	194x132x23 mm.
Peso	298
Precio (Imp. inc.)	9,95€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	29/02/2024