

image not found or type unknown



# Ser feliz no es gratis, pero tampoco cuesta tanto

**Fecha de publicación:**

19/09/2017

**Sello Editorial:**

Ediciones Martínez Roca

**Tamara Gorro Núñez**

El libro que puede cambiar tu vida.

**Contacto de prensa****El libro que puede cambiar tu vida.**

**Nombre:** Laura Fernández

Para conseguir acercarnos a una vida plena y feliz es necesario llevar a cabo unas pautas que nos hagan sentirnos bien por dentro y por fuera.

**Teléfono:** 91 423 03 28

**Email:** lfernandez@planeta.es

A través de sus consejos, Tamara Gorro nos enseña cómo sentirnos mejor en todos los terrenos de la vida: comer saludablemente, hacer ejercicio, ponernos metas alcanzables, ser disciplinados, ejercer de madres molonas, etc.

**Nombre:** INTERNACIONAL

Eduardo Martín

Un libro práctico que te ayudará, con su experiencia, a ser un poco más feliz.

**Teléfono:** 93 492 89 06

**Email:** emartines@planeta.es

**Nombre:** Desirée Rubio

**Teléfono:** 91 423 03 54

**Email:** drubio@planeta.es

**Nombre:** INTERNACIONAL

Patricia Jiménez

**Teléfono:** 93 492 82 76

**Email:** pjimenezl@planeta.es

**Nombre:** Luisa Paunero

**Teléfono:** 91 423 03 78

**Email:** lpaunero@planeta.es

**Tamara Gorro Núñez**

«Soy Tamara Gorro. Presentadora de televisión, modelo, empresaria, *youtuber* y madre de Shaila y Antonio».

Autora del blog *El gorro de Tamara*, participa habitualmente en numerosos programas de Mediaset: *Qué tiempo tan feliz*, *Sálvame*, presenta las galas de Nochevieja y Nochebuena en Telecinco...

Su canal de YouTube tiene más de 360 000 suscriptores y 1,2 millones en Instagram.