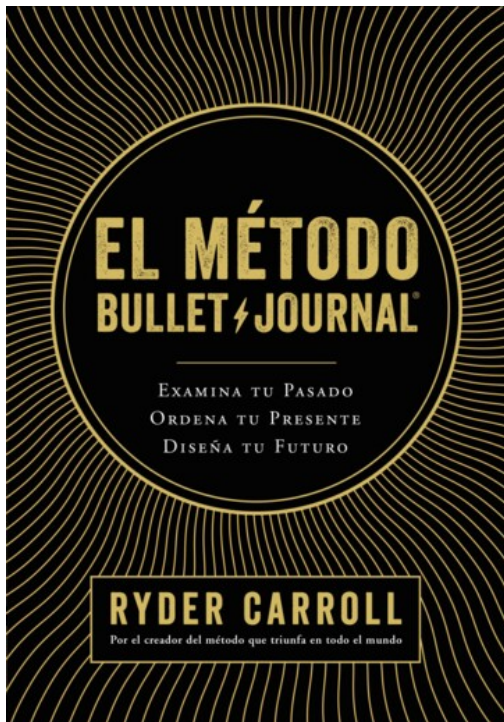




El método Bullet Journal

Ryder Carroll

De la mano de su creador, el método que ha cambiado la vida de millones de personas en todo el mundo.

Como la mayoría de nosotros, Ryder Carroll trató por todos los medios de organizar su vida: aplicaciones, sistemas, planes, calendarios, programas... Y nada funcionaba. Así que se puso a pensar hasta que dio con su propio método, un sistema que solo necesitaba papel y lápiz, y que era al mismo tiempo efectivo y poco estresante. Compartió ese método con algunos amigos y al poco tiempo este se había convertido en un fenómeno viral. Cientos de miles de personas en todo el mundo siguen hoy su sistema de organización.

Pero *El método Bullet Journal* es mucho más que un libro sobre gestión del tiempo. Es ante todo un manifiesto sobre cómo queremos vivir y de qué manera organizar los dos elementos más importantes de nuestra vida: nuestro —escaso— tiempo y energía.

Un libro revolucionario que te ayudará a poner orden, sacar más partido a tu tiempo y alcanzar las metas que te propongas.

Fecha de publicación:

23/10/2018

Sello Editorial:

Editorial Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Isabel Santos

Teléfono: 91 423 03 33

Email: isantos@planeta.es

Nombre: Laura Franch

Teléfono: 91 423 03 03

Email: lfranch@planeta.es

Nombre: Laura Verdura

Teléfono: 91 423 03 03

Email: lverdura@planeta.es

Nombre: Ficción Internacional

Email: prensafictioninternacional@planeta.es

Nombre: Blanca Vidales

Email: blanca.vidales@planeta.es

Nombre: Fátima Santana

Teléfono: 91 423 03 03

Email: fsantana@planeta.es

Ryder Carroll

Ryder Carroll es el creador del Bullet Journal. Es director creativo de Idean, una empresa de diseño radicada en Nueva York, y anteriormente ha diseñado desde apps hasta videojuegos. Además, la creatividad le viene de familia: es nieto del famoso guionista Sidney Carroll (*El buscavidas*) e hijo del novelista Jonathan Carroll. Como diseñador ha trabajado Adidas, *Vogue*, *The Wall Street Journal* y HP.