

image not found or type unknown



Fuertes, libres y nómadas

Elsa Punset

Fecha de publicación:

22/09/2020

Una brújula clara y práctica para vivir y navegar en estos tiempos extraordinarios.

Sello Editorial:

Ediciones Destino

Una brújula clara y práctica para vivir y navegar en estos tiempos extraordinarios.

Contacto de prensa

Nombre: NARRATIVA Y ENSAYO EN CASTELLANO: Alba Fité

Teléfono: 93 492 80 27

Email: afite@edestino.es

«Son las dos de la madrugada y miro el baile de las llamas en la estufa. Me siento en paz. Nada ni nadie me espera. La pandemia cerró de un portazo todo aquello que me tenía tan ocupada: familia, viajes, trabajo... Nunca había vivido así, sin correr decidida hacia algún lugar o con alguna excusa. No sabía parar. Hasta ahora. Por fin puedo quitarme el escudo, deponer las armas, quedarme desnuda. Cayó el telón, se apagó la música.»

Desde hace unos meses, todo está cambiando: nuestro modo de trabajar, de relacionarnos con los demás y de tratar el mundo que nos rodea. Probablemente no volveremos a tener, en el resto de nuestra existencia, una oportunidad tan clara y urgente para transformar nuestras vidas y, con ella, el mundo en el que vivimos.

En estas páginas inspiradoras y llenas de propuestas, Elsa Punset nos plantea de manera práctica qué hacer para formar parte del cambio, gestionar la ansiedad y reinventarnos con el mundo que viene. El anhelo de este libro es que «cuando seas viejo o vieja y los huesos te duelan, cuando te mires a un espejo y te hagas la pregunta: “¿habré traicionado al niño que llevo dentro?”» la respuesta sea que has sabido despertar a ese niño soñador, fuerte, libre y nómada.

Nombre: INTERNACIONAL: Patricia Jiménez

Teléfono: 93 492 82 76

Email: pjimenezl@planeta.es

Nombre: INTERNACIONAL: Eduardo Martín

Teléfono: 93 492 89 06

Email: emartines@planeta.es

image not found or type unknown



Elsa Punset

Elsa Punset se licenció en Filosofía y Letras y es máster en Humanidades por la Universidad de Oxford. También es máster en Periodismo por la Universidad Autónoma de Madrid y máster en educación secundaria por la Universidad Camilo José Cela. Colabora habitualmente en varios medios de comunicación, da conferencias y dirige el Laboratorio de Aprendizaje Social y Emocional, donde trabaja en la aplicación de la inteligencia emocional a los procesos de toma de decisiones y aprendizaje de niños y adultos. Sus libros como *Una mochila para el universo* (2012), *El mundo en tus manos* (2014) o *El libro de las pequeñas revoluciones* (2016) la han consagrado ya como una autora de éxito, y sus intervenciones en la radio y la televisión han confirmado el impacto que sus mensajes generan en la audiencia.

www.elsapunset.com

[@elsapunset](https://twitter.com/elsapunset)

[Facebook.com/ElsaPunset/](https://www.facebook.com/ElsaPunset/)