

Image not found or type unknown



Para que no te olvides

Raquel Perera

Fecha de publicación:

31/05/2023

Sello Editorial:

Espasa

Contacto de prensa

Nombre:

INTERNACIONAL
Eduardo Martin

Teléfono: 93 492 89 06

Email:

emartines@planeta.es

Nombre:

Fernanda
Azeredo

Teléfono: 914230355

Email:

fazeredo@planeta.es

Nombre:

INTERNACIONAL Patricia
Jiménez

Teléfono: 93 492 82 76

Email:

pjimenezl@planeta.es

Nombre:

Sara Ayllón

Teléfono: 914230353

Email:

sayllon@planeta.es

Nombre:

Luisa Paunero

Teléfono: 914 23 03 78

Email:

lpaunero@planeta.es

Nombre:

Laura
Fernández

Teléfono: 91 423 03 28

Email:

lfernandez@planeta.es

Nombre:

María Luque

Teléfono: 916008074

Email:

mluquec@planeta.es

Nombre:

Desirée Rubio

Teléfono: 91 423 03 54

Email: drubio@planeta.es

Un testimonio emocional para aquellos a los que amamos y que tanto nos aman.

Un testimonio emocional para aquellos a los que amamos y que tanto nos aman.

Raquel Perera comparte en este libro todo lo que ha ido aprendiendo de la vida con el propósito de que sirva como guía para que podamos **disfrutar más de los momentos felices y enfrentarnos mejor a las dificultades.**

A través de **su propia experiencia** y de manera didáctica nos muestra las herramientas y los valores fundamentales para entendernos a nosotros mismos, ganar autoestima y poder ser la persona que queremos ser, **nuestra mejor versión.**

Para que no te olvides quiere ser un faro que alumbra nuestro camino cuando más lo necesitamos, ayudándonos a **reconectar con nosotros mismos.**

image not found or type unknown



Raquel Perera

Raquel Perera es empresaria y madre de dos hijos. Estudió Psicología, pero posteriormente se especializó en Comunicación y Marketing. Tras muchos años en el mundo de la comunicación y en la industria de la música, volvió a involucrarse en la psicología fundando en la pandemia de 2020 *Terapia a un Click*, un proyecto novedoso bajo una plataforma de psicoterapias online, cursos y conferencias sobre autocuidado y salud mental. Colabora con *Hola.com* escribiendo una columna sobre salud mental.

Redes sociales y página:

Instagram: @raquel_perera

Twitter: @raquelperera