

image not found or type unknown



# El pequeño libro de la constancia

**Amagoia Eizaguirre**

**Fecha de publicación:**

24/01/2024

**Sello Editorial:**

Alienta Editorial

HAZ QUE CADA DÍA CUENTE Y, PASO A PASO, LOGRA TUS OBJETIVOS

**HAZ QUE CADA DÍA CUENTE Y, PASO A PASO, LOGRA TUS OBJETIVOS**

## Contacto de prensa

**Nombre:** María José Bertrán

**Teléfono:** 93 492 82 03

**Email:**  
mjbertran@planeta.es

**Nombre:** Alba Ríos

**Teléfono:** 93 492 86 58

**Email:**  
arioss@planeta.es

Aprende a definir tu objetivo, a sustituir las creencias limitantes por creencias potenciadoras, a trabajar la visualización y a entender la importancia de los pequeños pasos. Diseña tus recompensas y practica la gestión emocional para no tirar la toalla cuando las cosas se pongan difíciles. Y recuerda: la constancia es clave para convertirte en la persona que deseas ser.

image not found or type unknown



## Amagoia Eizaguirre

**Amagoia Eizaguirre** es licenciada en administración y dirección de empresas por la universidad de Deusto y estudiante de psicología en la universidad UNIR. Ha trabajado más de diez años en diferentes multinacionales liderando equipos. Actualmente se dedica a lo que le apasiona: la comunicación.

Es divulgadora y conferenciante. También es creadora de contenido y la puedes ver en directo en Mujeres, La Damedia, la obra de teatro producida por Etiqueta Negra.

Ha escrito dos libros: El Pequeño Libro de los Hábitos Saludables y El Pequeño libro de la Constancia.