



Bendita terapia

Patricia Espejo, Silvia Llop

El abecedario de Bendita Terapia. Todo lo que necesitas saber para estar y sentirte mejor.

El abecedario de Bendita Terapia. Todo lo que necesitas saber para estar y sentirte mejor.

Patricia Espejo es una todoterreno del mundo del espectáculo: artista, cómica y guionista... Y necesita terapia, como todos, pero no puede pagarlo, como casi todos, así que ha decidido hacer un *podcast* para que la terapia le salga gratis y, para no ser egoísta, ofrecérsela a todos sus oyentes.

La terapeuta que se ha buscado y que la ayudará a navegar por su mundo emocional es Silvia Llop: psicóloga y autora.

En este libro, podrás leer los temas más apasionantes de los que han hablado Patricia y Silvia, y tener de primera mano **consejos que podrán ayudarte a superar los problemas del día a día en las relaciones personales, en el amor, la familia o el trabajo.**

Fecha de publicación:

05/06/2024

Sello Editorial:

Libros Cúpula

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 934928633

Email: pcordon@planeta.es

Nombre: Ester Torras

Teléfono: 934928895

Email: etorras@planeta.es

Patricia Espejo

Patricia Espejo es cómica y guionista. Se fue haciendo un hueco en el *stand up* y ganó la cuarta edición de los Premios Épera de Monólogos gracias a su naturalidad y a la calidad de sus textos. Algunos de los textos en los que ha colaborado son: *¡Claro que sí, guapi!*, *Ni machismo ni feminismo*, *CROQUETAS*. También ha trabajado como guionista en programas de televisión como *Late Motiv* o *La Resistencia*.

Silvia Llop

Silvia Llop es psicóloga, experta en relaciones de pareja y autora del libro *Mándalo a la mierda (mereces algo mejor)*. Se graduó en Psicología en la Universidad de Barcelona y realizó el máster de Programación Neurolingüística (PNL) en la escuela Mens Venilia y un posgrado en Psicoterapia Práctica en Mensalus. Forma parte de la Federación Internacional de Coaching y Mentoring.