



Simplifica, ordena y decora

Marina Cabero

Combinando tanto el aspecto práctico del mantenimiento de la casa familiar como el enfoque en el bienestar emocional y la salud mental, este libro te acompañará a crear un hogar seguro y reconfortante a través de tres simples hábitos: simplificar, ordenar y decorar.

Combinando tanto el aspecto práctico del mantenimiento de la casa familiar como el enfoque en el bienestar emocional y la salud mental, este libro te acompañará a crear un hogar seguro y reconfortante a través de tres simples hábitos: simplificar, ordenar y decorar.

Una casa con niños no tiene que ser sinónimo de caos y desorden, ni tienes que estar sola luchando todo el tiempo para tenerlo todo limpio. Con tres sencillos hábitos —simplificar, ordenar y decorar—, hechos a tu medida y circunstancias, podrás conseguir un hogar que te genere calma y tranquilidad.

Este libro es diferente porque no busca la perfección en el hogar, ni tampoco juzgarte o agobiarte con más tareas de limpieza interminables. Simplemente, mediante trucos y consejos, te enseñará a confiar en tu capacidad para generar hábitos y sentirte en calma donde más lo necesitas: en tu mente y en tu casa. Porque lo primero para tener una casa bonita es tener una mente despejada. Y una cosa no puede ir sin la otra. Definiremos qué es paz mental para ti, cómo quieres vivir y cómo puedes empezar a reducir en todo aquello que sea superfluo. Detectaremos todos esos ladrones de tiempo que te absorben en tu día a día y te acompañaremos en encontrar esa eficiencia a la hora de ordenar y limpiar. Entenderás por qué reducir revoluciones y vivir más despacio te ayudará a tener un espacio sencillo de mantener, que esté para lo que necesites. Y todo esto, sin etiquetas ni normas estrictas.

Marina Cabero, influencer especialista en decoración del hogar, te ayudará a lograr que tu casa deje de ser una fuente de dolores de cabeza y se convierta en tu refugio soñado. Porque no se trata de seguir modas, sino de preguntarse cómo queremos vivir y construir un hogar que te sirva para ti. Porque simplificar nunca había sido tan revelador.

Porque se trata de tener controlado tu hogar, no que tu hogar te controle a ti. Porque más que nunca, menos es más.

Fecha de publicación:
19/06/2024

Sello Editorial:
Zenith

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es

Marina Cabero

Marina Cabero (@marinacabero) se dedica a la creación de contenido en redes sociales desde 2015. El equilibrio entre su trabajo en redes, la maternidad y su vida profesional se volvió un desafío y en 2019 tomó la decisión de dedicarse por completo a crear contenido y trabajar desde casa. Fue entonces cuando se dio cuenta de que el exceso de cosas en su hogar complicaba su vida y consumía demasiado tiempo en limpieza y mantenimiento.

Este descubrimiento la llevó a embarcarse en un viaje hacia una vida más simple y consciente, acompañado de un significativo proceso de autoconocimiento. Su objetivo es encontrar formas más simples y rápidas para ocuparse del orden y la limpieza del hogar sin dejar de lado la parte estética. Comparte con una comunidad de más de medio millón de personas técnicas y prácticas que han sido clave en su propio proceso de simplificación.

Con un enfoque compasivo, Cabero motiva a cada persona a decidir qué funciona mejor en su hogar, valorando la autenticidad y respetando las elecciones personales. Su mensaje está dirigido a todos aquellos que buscan un estilo de vida más simple, sin imposiciones e instrucciones rígidas.