

JOAQUINA FERNÁNDEZ

PIENSA EN TI



Fecha de publicación:

04/04/2025

Sello Editorial:

Ediciones Martínez Roca

Contacto de prensa

Nombre: Laura Fernández

Teléfono: 91 423 03 28

Email: lfernandez@planeta.es

Nombre: Desirée Rubio

Teléfono: 91 423 03 54

Email: drubio@planeta.es

Nombre: Luisa Paunero

Teléfono: 91 423 03 78

Email: lpaunero@planeta.es

Nombre: Ficción Internacional

Email: prensaficcioninternacional@planeta.es

Piensa en ti

Joaquina Fernández García

Cinco etapas para ser feliz

Cinco etapas para ser feliz

Joaquina Fernández, presidenta del InstitutoHune y experta en Coaching, nos enseña cómo diseñar nuestra vida para, en cinco etapas, alcanzar la felicidad.

Es necesario aprender a abandonar el espacio de confort para progresar dentro de tus posibilidades.

Un proyecto diseñado para que el lector descubra todo lo que lleva dentro.

Este libro promueve una mirada interior que facilite el autoconocimiento y provoque una reflexión hasta el punto de cuestionar el Yo íntegramente, facilitando un cambio de vida.

Joaquina Fernández García

Joaquina Fernández (Gijón, 2 de octubre de 1950- Madrid, 18 de agosto de 2017). Tras veintiocho años dedicados a la investigación y el entendimiento del ser humano, su oficio fue el de «transformar personas» armonizando su cuerpo, mente y espíritu para encauzarlas óptimamente en su propósito vital.

En su necesidad de llegar con la conciencia de cambio y mejora al mayor número de personas posible, dio un paso adelante y en 2008 creó el Instituto HUNE: un centro en el que las humanidades y los negocios están en comunión y simbiosis, y donde el beneficio económico es indisoluble del respeto y la consideración.

Durante varios años dirigió este centro publicó artículos, impartió conferencias, dio clases en diversas escuelas de negocios y universidades de prestigio, participó en programas de radio, fue consultora y facilitadora de cambios de cultura en grandes compañías, dirigió estudios y creó cursos de posgrado.

Su libro *Piensa en ti* es un peldaño más en la escalada que se propuso tiempo atrás: hacer que las personas fueran felices y estuvieran más contentas consigo mismas, así como formar a profesionales más capaces y versátiles, ensayando un mundo mejor donde las conquistas fuesen mérito de cada cual para que redundaran en el bien de todos.