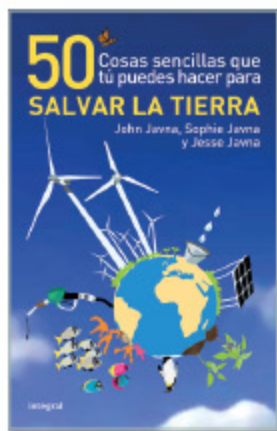


LIBROS



50 cosas sencillas que tú puedes hacer para salvar la Tierra

John Javna, Sophie Javna y Jesse Javna

¿No sería fantástico que tu coche fuera totalmente eléctrico y pudieses enchufarlo en lugar de tener que llevarlo a una gasolinera? En estos momentos todavía no puedes comprar uno en tu concesionario, pero muchas compañías están investigando las baterías eléctricas y desarrollando «híbridos conectables»; es decir, vehículos que funcionan con electricidad pero pueden cambiar a gasolina cuando se acaba la batería. Ahora nos toca a todos ayudar al mundo a sobrevivir. Este libro nos presenta 50 problemas medioambientales explicados mediante datos y anécdotas sencillas, y nos aporta tips para colaborar en la mejora del medio ambiente.

Integral | 138 páginas | 12 euros.



Cuentos para regalar a personas especiales

Enrique Mariscal

En una sociedad que nos impulsa hacia el desenfreno y que nos obliga a un ideal de perfección —siempre inalcanzable—, los relatos de Mariscal abren una pequeña y luminosa brecha por la que entramos en contacto con lo que de verdad vale la pena preservar: si esas personas de nuestra familia nos quieren pese a nuestros defectos, ¿no es hora de que nosotros mismos nos aceptemos tal y como somos? Así, también, cuidaremos de ellos. Los lectores se deleitarán con vivencias personales, fábulas de gran valor; relatos sencillos que ayudan a entendernos a nosotros mismos y a quienes nos rodean. El fin es Ilusionarse, resolver problemas, amar, buscar nuevos horizontes y renovar los vínculos afectivos.

Grijalbo | 208 páginas | 13,90 euros.



La clave para vivir la ley de atracción

Jack Canfield y D.D. Watkins

Según la ley de la atracción, la vida se construye mediante todo aquello en lo que se piensa y sobre lo que se concentra la energía y la atención. Ser fiel a los propósitos y abandonar la frustración puede cambiar el presente. Aprender a agudizar la conciencia, a seguir las emociones y a confiar en la intuición. Desprenderse de lo negativo y empezar a vivir con gratitud y alegrías auténticas. Concentrarse en lo positivo, creer en los sueños y escuchar la voz interior. Ésta es la clave para el éxito verdadero, la llave del futuro. Una obra que muestra paso a paso el proceso de definir los sueños, los objetivos y los deseos. La mejor manera de descubrir quién eres y por qué estás aquí.

Aguilar | 200 páginas | 15 euros.



La cocina de la felicidad

Adriana Ortemberg

¿Sabías que algunos alimentos como las nueces, los higos, la piña o el aguacate contribuyen a que se libere serotonina, el neurotransmisor de la calma y la serenidad? ¿Y que la carne roja, el azúcar o el café pueden propiciar fatiga, estrés e incluso agresividad? Adriana Ortemberg, naturópata especializada en nutrición, nos enseña a potenciar a través de la alimentación no sólo el bienestar físico sino también el emocional y espiritual. Mediante amenas explicaciones sobre la bioquímica de las emociones, se descubre qué alimentos convienen más para elaborar una cocina creativa y así conseguir una vida más saludable.

Urano | 256 páginas | 14 euros.

