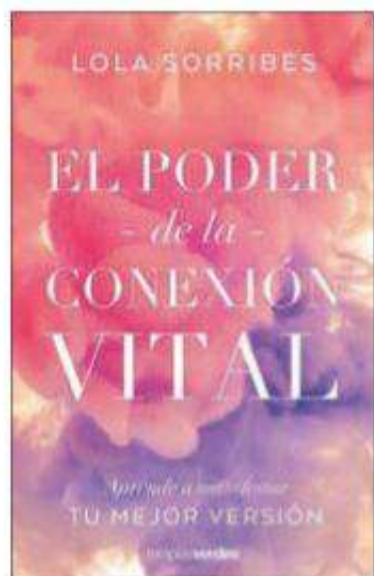


# Actualidad editorial

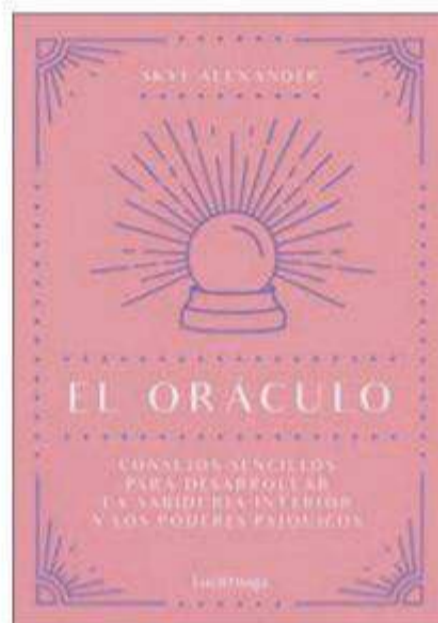


**EL PODER DE LA CONEXIÓN VITAL, Lola Sorribes, Urano, 160 pp., 12 €**

En esta obra, la autora, reconocida terapeuta, nos presenta la «conexión vital» como una herramienta extraordinaria, un GPS que nos Ayuda a conectar con nuestro «Yo energético» y nos orienta por el sendero correcto. Todos tenemos un oasis de paz en nuestro interior, solo debemos concentrarnos en cada momento y utilizar las claves del poder creativo que nos ofrece el universo. Para una vida plena, defiende la autora, debemos conocer nuestro propósito vital y saber qué recursos pueden ayudarnos a cumplirlo.

**EL ORÁCULO, Skye Alexander Luciérnaga, traducción de Tagstudy S.L., 210 pp., 14,95 €**

Los poderes psíquicos son tan naturales como cualquier otra capacidad y se pueden perfeccionar como cualquier otra habilidad. Los más de cuatrocientos consejos y trucos que contienen estas páginas nos ayudarán a ampliar nuestra capacidad para predecir el futuro, comprendernos mejor a nosotros mismos y a los demás, y crear nuestra propia realidad. Este libro nos ayuda a agudizar la intuición y los poderes de adivinación con técnicas que pueden realizarse en pocos minutos: utilizar las cartas del tarot para descifrar mensajes significativos, aprender qué piedras debes llevar para atraer el amor y la felicidad, interpretar los símbolos en los sueños y su significado y analizar la escritura de un amigo para averiguar sus secretos.



**SÉ TU PROPIO BIODESCODIFICADOR. ENTRENÁ TU MENTE Y DESATÁ TU PODER INTERIOR, Pablo Vázquez Kunz, Planeta Argentina, ebook, 14,99 €**



¿Te gustaría vivir libre de los mandatos de tus padres, de tu religión y de tu cultura? ¿Te gustaría ser el arquitecto de tu vida? ¿Te gustaría crear abundancia, relaciones extraordinarias y tener un propósito de vida enriquecedor? Seguro que sí. Y podés hacerlo. ¿Cómo? Entrenando tu mente.

La biodescodificación es un entrenamiento mental que te permite desprogramar tus viejos patrones de pensamiento y conducta para que te reprogrames y alcances tus sueños. El autor Pablo Vázquez Kunz te guiará a través de este libro para que puedas convertirte en tu propio biodescodificador, experimentes la autoindagación y logres reprogramar tu forma de pensar para desatar todo tu poder interior.

**HEALTHY KITCHEN, Xavier Pellicer, Planeta Gastro, 208 pp., 27,95 €**

La cocina biodinámica y la nutrición ayurveda se suman a la ola veggie. Xavier Pellicer es uno de los chefs más reconocidos e inclassificables de nuestro país.

Estas páginas son un recorrido por un camino que empezó en 2012, cuando comenzó a interesarse por la cocina biodinámica. Este descubrimiento le llevó a profundizar en la nutrición ayurveda y en la gestión de las energías, lo que supuso un cambio fundamental no solo en el ámbito profesional sino también en el personal, en su manera de enfrentarse al mundo y en la gestión de los equipos con los que trabaja.



## Apps

Este mes de marzo empieza la primavera y, con ella, muchos problemas para quienes padecen de alergias. Así que aquí os dejamos unas apps que nos ayudaran a sobrellevar esta incomodidad.

### Polen Rea

Aplicación gratuita del Centro Coordinador Nacional de la Red Española de Aerobiología (REA) que, a través de una actualización semanal, ofrece información acerca del contenido polínico de la atmósfera.

Ofrecen mapas de España en los que se reflejan los niveles polínicos de las plantas más importantes en cada momento utilizando una escala de colores. Una buena opción para controlar tu alergia con tu teléfono inteligente.

### Polen Control

Aplicación gratuita que permite consultar los niveles de polen ambiental y hacer un seguimiento y diagnóstico del estado de tu alergia. Se trata de una app desarrollada por Almirall conjuntamente con la SEAIC (Sociedad Española de Alergología e Inmunología Clínica) y con la que se podrá hacer un seguimiento diario de la alergia al introducir información sobre el estado en el que la persona se encuentra.

Permite añadir anotaciones personales y facilita información sobre los 22 tipos de polen diferentes y sobre las provincias de Álava, Albacete, Alicante, Almería, Ávila, Badajoz, Barcelona, Burgos, Cáceres, Cádiz, Castellón, Ciudad Real, Cuenca, Girona, Guadalajara, Guipúzcoa, Huesca, La Rioja, Las Palmas, León, Lérica, Madrid, Málaga, Murcia, Navarra, Palencia, Salamanca, Segovia, Soria, Tarragona, Teruel, Toledo, Valencia, Valladolid, Vizcaya y Zamora.

### Pollencheck

Publica las predicciones de niveles de polen en Europa y resulta de gran utilidad para apicultores, ya que puede administrar datos de las colonias de abejas de miel. Es gratuita y también proporciona predicciones meteorológicas y el recuento de plantas.