

La cita tuvo lugar el 18 de enero en la FNAC de Marbella

Más en:

SotograndeDigital.com

Juan Carlos Maestro presentó su libro 'Regálate Felicidad'

■ Jacinto Vidarte

Juan Carlos Maestro, licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte por la Universidad Politécnica de Madrid, presentó el viernes 18 de enero en la FNAC de Marbella su libro 'Regálate Felicidad', una historia novelada sobre la vida de Miriam, ejecutiva de éxito que en un cierto momento de su vida se da cuenta de que anhela y necesita recuperar su felicidad.

Este libro no es, por tanto, el clásico manual de autoayuda, sino una narración a través de la cual se descubren los mecanismos y las herramientas para conocer prioridades, valores, creencias y objetivos, de manera que sea más sencillo encontrar la felicidad.

Este es un libro que nos hace "recapacitar sobre el día a día y la verdadera importancia de las cosas.

El autor refleja como en un espejo su propia felicidad e ilusión, tal como es en su vida real. Nos hace reflexionar en los aspectos importantes de la vida tanto en el ámbito laboral como en el personal", ha escrito Raúl Sánchez, CEO de Delfin Group y amigo del autor.

Juan Carlos Maestro, Master MBA por la Escuela Europea de Negocios, es además directivo en distintas áreas de la Administración y profesor de Master en la Universidad de Almería. Apasionado de los Recursos Humanos, especialmente en áreas como liderazgo, motivación, inteligencia emocional, gestión de tiempo y felicidad, aplica sus conocimientos en este volumen para ofrecer al lector una manera sencilla de gestionar su propia vida para vivirla con más autenticidad y, sobre todo, felizmente.



Presentación

El autor, durante el acto de presentación de su libro 'Regálate felicidad'

Juan Carlos Maestro presents his book 'Regálate Felicidad'

On Friday January 18, Juan Carlos Maestro, a graduate in Physical Activity and Sports Sciences from the Madrid Polytechnic University, presented his book Regálate Felicidad ('Give Yourself Happiness') at the Marbella FNAC shop. His novel tells the story of Miriam, a successful executive who reaches a point in life where she realises that she longs and needs to recover her happiness.

The book, therefore, is not a typical self-help manual; instead it is a story which reveals the mecha-

nisms and tools that help us to know our priorities, values, beliefs and objectives, in such a way that it is easier to find happiness and give new meaning to life.

It is a book that makes us "reconsider everyday life and the true importance of things. The author clearly portrays his own happiness and enthusiasm as it is in real life. He makes us reflect on the important aspects of our work and personal lives", writes Raúl Sánchez, CEO of Delfin Group and friend of the author.

Juan Carlos Maestro, who has master's degree from the European Business School, is also a manager of various areas of the administration and master's teacher at the University of Almería. He has a keen interest in Human Resources, particularly the areas of leadership, motivation, emotional intelligence, time management and happiness, and he applies his knowledge in this book to offer readers a simple way of managing their own life, to live it with more authenticity and, above all, happiness.