



**bresca**



# regálate felicidad

Tu objetivo nº1

juan carlos maestro

Páginas: 152

ISBN: 978-84-935590-0-7

Formato: 13,5 x 21,5

## REVISTA PSYCHOLOGIES

Nº 37 - FEBRERO 2008





## VIVIR MEJOR

### Regálate felicidad

Juan Carlos Maestro

En la línea de las historias personales que tratan de servir de ejemplo para la resolución de problemas vitales, esta obra se dirige a quienes tienen "la esperanza de que aún pueden mejorar su felicidad independientemente del estado emocional en el que se encuentren". Miriam, una mujer de 44 años



que se siente insatisfecha a pesar de haber cumplido sus retos, asiste por casualidad a la conferencia de un experto que cambiará su manera de ver la vida y la forma en que busca –y siente– la felicidad.

Bresca. 162 págs. 9,95 €.

preescolar... Y también surgen los comentarios desestabilizadores de amigos y parientes: los catarros de las guarderías, la culpabilidad por dejarlo solo, la excesiva preocupación pensando en cómo estará... Los autores de esta obra, especialistas en pediatría del Hospital Sant Joan de Deu de Barcelona, han condensado sus experiencias y consejos en este libro práctico de la Colección Familia y Salud para facilitar a los padres la toma de decisiones en su caso concreto y, sobre todo, para proporcionarles tranquilidad. Con ese fin, ofrecen además tablas con problemas de salud frecuentes, calendarios de vacunas, pautas de alimentación e incluso cuestionarios que ayudarán a encontrar la guardería más adecuada. 102 páginas. 10 €.

### ¡Quiero más!

Cristina y Geles Duch Canals

La incorporación de las mamás al mundo laboral, la falta de tiempo y la velocidad del ritmo diario están modificando conductas y hábitos de toda la familia. Las autoras de este libro defienden que hay uno que no deberíamos abandonar: la alimentación sana al estilo tradicional y, en particular, la de

nuestros hijos. Con el fin de que los pequeños aprendan a comer de todo y de forma equilibrada, las nutricionistas Cristina y Geles Duch Canals han elaborado este manual sobre la alimentación de los niños entre 1 y 12 años. Editado en gran formato y con fotografías de gran calidad, al estilo de los libros de recetas, ofrece una guía nutricional para los pequeños y un sencillo y atractivo recetario para toda la familia. Integral. 220 págs. 21 €.

## VIVIR MEJOR

### Regálate felicidad

Juan Carlos Maestro

En la línea de las historias personales que tratan de servir de ejemplo para la resolución de problemas vitales, esta obra se dirige a quienes tienen "la esperanza de que aún pueden mejorar su felicidad independientemente del estado emocional en el que se encuentren". Miriam, una mujer de 44 años



que se siente insatisfecha a pesar de haber cumplido sus retos, asiste por casualidad a la conferencia de un experto que cambiará su manera de ver la vida y la forma en que busca –y siente– la felicidad.

Bresca. 162 págs. 9,95 €.

### Esperanza para las flores

Trina Paulus

Este libro no tiene letras de imprenta. Todas sus páginas han sido dibujadas y manuscritas; además, es un cuento, y en su subtítulo se indica que



habla de la vida, de la revolución y de la esperanza. Tras esto, uno puede quedar confundido y esperar una obrita amable sin más aspiración que la moraleja fácil. Sin embargo, tiene más enjundia que muchos libros sesudos. Narra la aventura de dos orugas que pugnan por subir a una cima... Este libro dispara flores al corazón que piensa. Los Libros del Comienzo. 168 páginas. 18 €.

### Mamá dejaste

Bernard... La auto... es psicó... comuni... de seis... puede s... suficien... conocin... esta ob... es most... el subtít... puede a... los hijos... y separa... vida, en... amplio... la vida... han de... frecuen... tipos de... algunas... otras in... necesar... Lemoine... análisis... tratados... experier... profesio... cómo re... reconoc... problem... de la an... separac... enfoque... como el... sufrimie... futuros... asumir l... necesari...