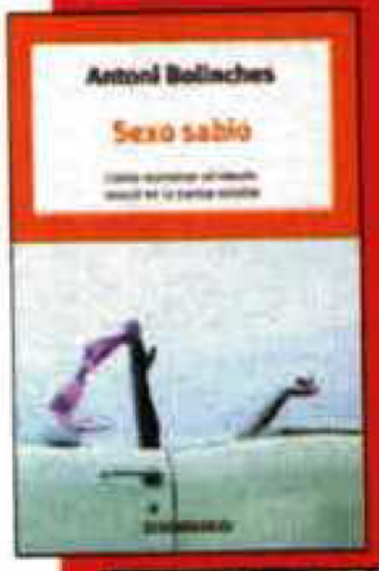
LECTURAS QUE TE INTERESARÁN

Para tus dudas con tus hijos, para recuperar la pasión, para comer de manera más saludable, para retomar las riendas de tu vida... te traemos una selección de libros que te harán la vida más fácil:

•"El arte de educar con sentido común", de Manuel Fernández Antón (Ed. Oniro).



•"Sexo sabio: cómo mantener el interés sexual en la pareja estable", de Antoni Bolinches (Ed. DeBolsillo)

•"Esto no es... una dieta", de Lylian Le Goff (Ed. El País Aguilar).

•"Autoayúdate. Tu vida es lo que tú decides", de Patricia Ramírez (Ed. Espasa).

•"Defiéndete de tu jefe", de Fernando Marañón (Ed. Oberón).

•"No te lo tomes de forma personal", de Bärbel Wardetzki (Ed. Urano). Supera las ofensas y humillaciones.

•"Desapegarse sin anestesia", de Walter Riso (Ed. Planeta). Despréndete de lo que te quita energía.

•"Con el amor no basta", de Aaron T. Beck (Ed. Paidós). Cómo superar los malentendidos en pareja.