Amat editorial

CATÁLOGO GENERAL 2018

Pasión por los libros

Desde 1984, desempeñamos nuestra profesión con el mismo entusiasmo del primer día con el objetivo renovado de publicar libros útiles, actuales y de interés para el mayor número de lectores. En un principio, nos centramos en obras de temática empresarial (actualmente bajo el sello de Profit Editorial, especializada en marketing, ventas, finanzas, contabilidad, liderazgo, recursos humanos y habilidades directivas), para luego dejarnos cautivar también por la publicación de libros de desarrollo personal, coaching, salud y bienestar. El sello Amat, de hecho, reúne más de 400 libros especialmente pensados para ayudar a los lectores a vivir mejor.

El año 1999 marcó otro gran hito: Editorial Amat publicó *Por qué los hombres no escuchan y las mujeres no entienden los mapas*, de Allan y Barbara Pease, que rápidamente se convirtió en un bestseller internacional con más de 25.000.000 de ejemplares vendidos en todo el mundo y traducido a más de 40 idiomas. El prolífico matrimonio Pease ha escrito numerosos títulos, entre los que destacan *El lenguaje del cuerpo* y *El arte de negociar y persuadir*. Cuando paseamos por las librerías de todo el mundo y aún vemos estos libros en sus estanterías, nos llena de satisfacción comprobar que ya se han convertido en clásicos y, posiblemente, nos acompañen muchísimos años más para abordar de forma muy amena temas tan importantes como la relación entre hombres y mujeres, la comunicación no verbal, la seducción y la persuasión.

Luego vinieron Pedro García Aguado, Pau Garcia-Milà, César Piqueras, Marcos Álvarez, Franc Ponti, Judy Hall, Joseph O'Connor, Isma Prados, Ramón Arroyo, Javier Fernández y muchos autores más, que, conjuntamente con el valioso equipo humano de la editorial, hoy por hoy, son el verdadero activo de Amat. Es un orgullo poner a tu disposición los libros que, sin duda, marcarán un antes y un después en nuestras vidas.

Si deseas consultar las novedades o profundizar algunos temas, puedes hacerlo a través de nuestra web www.amateditorial.com y estaremos encantados de recibir cualquier sugerencia o consulta por email: info@profiteditorial.com. Si quieres seguir nuestro trabajo en el día a día, te sugerimos que lo hagas a través de Twitter (@amateditorial).

¡Gracias por leernos!

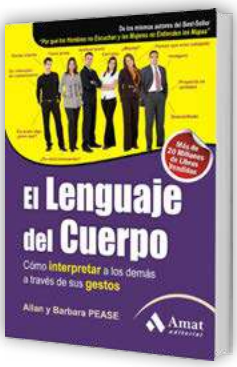
El equipo de Amat Editorial

Amat editorial

CATÁLOGO GENERAL 2018

Los más **vendidos**

Amat editorial



El lenguaje del cuerpo

Allan y Barbara Pease

Más información en la pág. 8

9 788497 353694

YogaFit para deportistas

Beth Shaw

Más información en la pág. 14

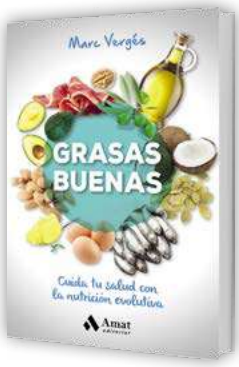
9 788497 358989

La alimentación que te fortalece durante la Quimio

Mike Herbert
Joseph Dispenza

Más información en la pág. 14

9 788497 358361



Grasas buenas

Marc Vergés

Más información en la pág. 13

9 788497 359702

De la cocina a la mesa en 10 minutos

Lékué
Fundación Alícia

Más información en la pág. 11

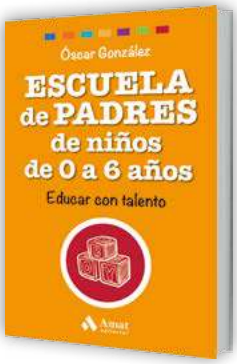
9 788497 356688

El gran libro del Maratón y el medio Maratón

Runner's World

Más información en la pág. 15

9 788497 357371

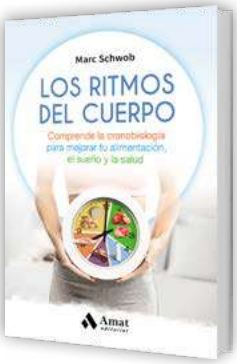


Escuela de padres de niños de 0 a 6 años

Óscar González

Más información en la pág. 10

9 788497 358521

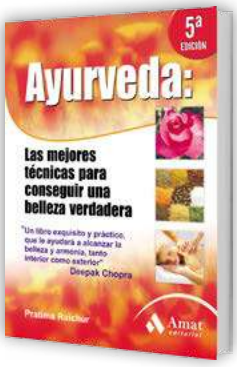


Los ritmos del cuerpo

Marc Schwob

Más información en la pág. 19

9 788497 359849



Ayurveda

Pratima Raichur

Más información en la pág. 17

9 788497 354639

Tapas españolas tradicionales

Delfina Palacín

Edición Bilingüe **Español Inglés**

Más información en la pág. 12

9 788497 359382

Índice

Desarrollo **personal** 3
Amor y **pareja** 8
Familia y **educación** 9
Alimentación 11
Deporte y **fitness** 14
Mente, cuerpo y **espíritu** 16
Salud y **bienestar** 20
Calendarios y **Agenda** 23
Superación **personal** 24
Espacio **vintage** 25
Tiempo **libre** 25
El médico **en casa** 26
Publicacions **en català** 28
Índice de **títulos** 31
Índice de **autores** 32

GESTIÓN DE DERECHOS:
Derechos: **M (MUNDIALES)** Derechos: **E (SÓLO ESPAÑA)**
Se indica comercialización por territorio en cada título.

El pequeño libro del Hygge

Andrea Valdés

ISBN: 9788497359870 **Págs:** 136
12,36 € | 12,85 € Derechos: **M**

Disfruta de tu vida con el secreto de la felicidad mejor guardado: la filosofía danesa del bienestar. Consiste en disfrutar de las pequeñas cosas, del aquí y del ahora, consiguiendo conectar contigo mismo y estrechando los vínculos con los demás.

El arte de vivir

Bob Proctor · Sandra Gallagher

ISBN: 9788497359979 **Págs:** 160
16,30 € | 16,95 € Derechos: **M**

Bob Proctor, una de las mayores referencias mundiales de desarrollo personal, defiende que tener una vida extraordinaria es posible, pero de nada sirve tener dinero u otros bienes materiales si no se es feliz. Proctor da una serie de recomendaciones para conseguir una vida próspera y abundante sin naufragar en ella.

Protagoniza tu vida

Yaël Gabison

ISBN: 9788497359146 **Págs:** 168
16,30 € | 16,95 € Derechos: **M**

Con la dosis de irreverencia e ironía necesarias, esta obra propone 30 lecciones aprendidas de los villanos de nuestras series preferidas para retomar las riendas de nuestras vidas.

NOVEDAD 2018

50 Pensamientos poderosos

Jorge Álvarez Camacho

ISBN: 9788417208066 **Págs:** 208
16,30 € | 16,95 € Derechos: **M**

Este libro nos ofrece 50 píldoras de energía para motivarnos a superar cualquier obstáculo del camino con un enfoque positivo.

LONG SELLER

El arte de negociar y persuadir

Allan Pease

ISBN: 9788497353762 **Págs:** 112
9,57 € | 9,95 € Derechos: **E**

El objetivo principal es que te digan que sí en cualquier negociación. Cómo interpretar el lenguaje corporal, cómo construir una buena red de contactos, o cómo romper las barreras que impiden llegar a un acuerdo son algunos de los temas tratados.

NOVEDAD 2018

100 hábitos de la gente exitosa

Nigel Cumberland

ISBN: 9788417208042 **Págs:** 224
16,30 € | 16,95 € Derechos: **M**

Una guía para hacer realidad nuestros sueños que incluye excelentes ideas para conseguir éxito y felicidad.

Grandes soluciones para problemas que nos complican la vida

Joseph O'Connor

ISBN: 9788497353687 **Págs:** 136
7,64 € | 7,95 € Derechos: **M**

Este libro proporciona soluciones prácticas y fáciles de llevar a cabo para solucionar los problemas más comunes del día a día con el fin de simplificarnos la existencia.

Pensar como Einstein

Scott Thorpe

ISBN: 9788497353670 **Págs:** 208
16,30 € | 16,95 € Derechos: **E**

Aprenda de forma clara y sencilla los trucos y técnicas utilizados por Albert Einstein para resolver los problemas de una forma más efectiva, incrementar el rendimiento de trabajo, mejorar la calidad de vida y demás desafíos de cada día.

Llenarse de sabiduría

Assumpció Salat

ISBN: 9788497359504 **Págs:** 176
14,27 € | 14,85 € Derechos: **M**

Este libro invita a reflexionar sobre la manera en que vemos e interpretamos la vida con sus sucesos y relaciones, y a pensar de una manera diferente, lo que significa dejar de ser personas que juzgan y critican su propia vida o la de los demás, para pasar a ser personas que comprenden.

Las claves del comportamiento humano

Juan Manuel Opi

ISBN: 9788497357739 **Págs:** 352
16,30 € | 16,95 € Derechos: **M**

Descubre tu personalidad gracias al Análisis Transaccional. Tras una primera etapa de autoconocimiento podrás aplicar lo aprendido para comprender mejor a los demás y mejorar tus relaciones humanas.

Reinváentate

Fiona Harrold

ISBN: 9788497356091 **Págs:** 120
9,61 € | 9,99 € Derechos: **M**

Cómo dejar de poner excusas y seguir aplazando tus sueños para pasar a la acción y transformarte en aquello que siempre has querido ser. Con esta guía y sus prácticos consejos, vas a descubrir y a sorprenderte del verdadero poder que tienes sobre tu vida.

MINDFULNESS

Vive tu momento

Kirk D. Strosahl - Patricia J. Robinson

ISBN: 9788497358347 **Págs:** 200
16,30 € | 16,95 € Derechos: **M**

Este libro ofrece técnicas basadas en el *mindfulness* y la neurociencia que te ayudarán a mantener la calma en cualquier situación además de reforzar esas partes del cerebro que contribuyen a la vitalidad y a disfrutar del aquí y ahora.

Saber y atreverse a decir no

Sarah Famery

ISBN: 9788497353564 **Págs:** 128
9,57 € | 9,95 € Derechos: **M**

Este libro ofrece al lector una serie herramientas para atreverse a decir "no", convirtiéndose en una imprescindible guía de desarrollo personal con estrategias eficaces para mejorar su capacidad asertiva.

LONG SELLER

Aprenda a relajarse

C. Eugene Walker

ISBN: 9788497354035 **Págs:** 240
16,30 € | 16,95 € Derechos: **M**

Aprender a relajarse es una guía rápida, sencilla y eficaz y te permite derrotar al estrés y obtener el control de tu vida. Este libro incluye técnicas específicas de contrastado éxito para eliminar la ansiedad.

El éxito es un viaje

Jeffrey J. Mayer

ISBN: 9788497357821 **Págs:** 224
14,38 € | 14,95 € Derechos: **M**

Existen siete pasos clave para tener éxito en la vida y podrás descubrirlos gracias a este libro: tener un sueño, seguir un plan, medir los resultados, saber gestionar el tiempo, relacionarse con las personas correctas, conocer a gente inspiradora, buscar siempre la excelencia.

Cómo potenciar la memoria

D. P. Devanand

ISBN: 9788497357814 **Págs:** 288
14,38 € | 14,95 € Derechos: **M**

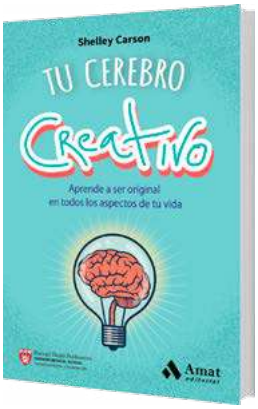
Este libro, basado en evidencias científicas y apoyado en pruebas clínicas, proporciona directrices específicas para prevenir la pérdida de memoria y recomienda los tratamientos más avanzados para potenciarla.

Cómo organizarte bien

Rosalie Maggio

ISBN: 9788497358026 Págs: 256
17,26 € | 17,95 € Derechos: M

¿Sientes que siempre tienes que correr para cumplir con tus tareas y objetivos en casa, en el trabajo, con tu familia y amigos? Gracias a sencillas pero efectivas técnicas, este libro te ayudará a poner en orden tu vida personal, laboral y familiar.



Tu cerebro creativo

Shelley Carson

ISBN: 9788497358187 Págs: 304
18,22 € | 18,95 € Derechos: M

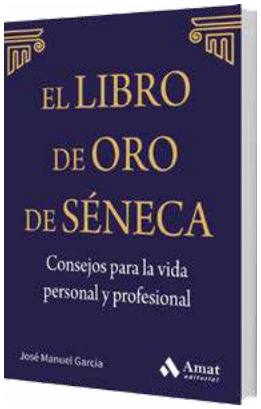
La creatividad es una habilidad cada vez más necesaria en nuestra sociedad para destacar en el cada vez más exigente entorno laboral y en nuestra vida diaria. Este libro te explica cómo potenciar tu creatividad.

Lo que los ricos saben y nunca explican a nadie

Brian Sher

ISBN: 9788497353199 Págs: 240
17,16 € | 17,85 € Derechos: M

De un modo práctico, Sher comparte los más importantes secretos de las personas adineradas. Fórmulas probadas de éxito que te conducirán hacia la satisfacción personal y la fortuna financiera.



El libro de oro de Séneca

José Manuel García

ISBN: 9788497357944 Págs: 192
14,38 € | 14,95 € Derechos: M

Manual de coaching filosófico con el objetivo de abrir la mente a los lectores gracias a la sabiduría de Séneca, alentando nuevas maneras de ver la empresa, la vida y los actos diarios.

La llave maestra de la felicidad

Manfred Kets de Vries

ISBN: 9788497357654 Págs: 160
11,49 € | 11,95 € Derechos: M
Cartoné

La búsqueda de la felicidad es el objetivo máximo de la existencia. Con este libro aprenderás a poner las cosas en perspectiva, establecer prioridades, determinar lo que es importante para ti y tomar las mejores decisiones para disfrutar de una vida plena.

Disfrutar de la vida trabajando poco y a tu manera

Ernie J. Zelinski

ISBN: 9788497352895 Págs: 240
18,22 € | 18,95 € Derechos: M

Esta guía te dará las ideas y las herramientas necesarias para crear tu negocio, ganarte la vida con tu verdadera vocación, ser creativo, disfrutar de tu trabajo y alcanzar mayor bienestar físico, emocional y financiero.

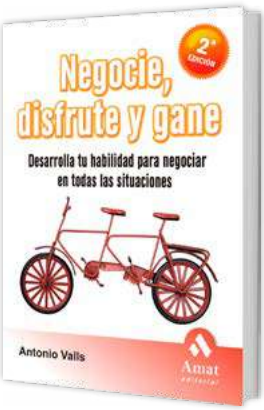
Las 365 reflexiones de lo realmente importante en nuestra vida

Cris Moltó

ISBN: 9788497357159 Págs: 366
16,20 € | 16,85 € Derechos: M

Calendario atemporal que propone una práctica diaria efectiva para el desarrollo de una mente emocionalmente inteligente los 365 días del año. Reflexiones acerca de lo que de verdad importa para desarrollar una actitud mental positiva y saludable.

LONG SELLER



Negocie, disfrute y gane

Antonio Valls

ISBN: 9788497352574 Págs: 152
16,20 € | 16,85 € Derechos: M

Todo lo que estabas buscando para encarar con éxito las negociación: rápido acceso a las ideas clave para afrontar con eficacia cualquier acuerdo de negociación, comprenderlo, disfrutarlo y finalmente ganar.

Tienes una idea

Pau Garcia-Milà

ISBN: 9788497356909 Págs: 144
11,44 € | 11,90 € Derechos: M

Un libro ameno y útil sobre cómo tener ideas brillantes, con el fin de motivar a todo el mundo a potenciar la creatividad y sacarle el máximo provecho. En este libro se explican las distintas maneras de identificar y potenciar la elaboración de nuevas ideas.

Eres un gran comunicador

Pau Garcia-Milà

ISBN: 9788497357586 Págs: 144
11,44 € | 11,90 € Derechos: M

Comunicar bien es de lo más importante en el desarrollo personal y profesional de cualquier persona. Este libro incluye estrategias para elaborar y pronunciar discursos, presentaciones y exposiciones de forma eficaz y persuasiva.

Inteligencia creativa

Franc Ponti - Lucía Langa

ISBN: 9788497354981 Págs: 210
17,12 € | 17,80 € Derechos: M

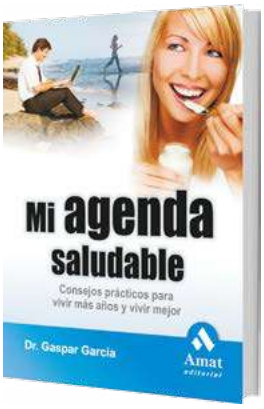
Mucha gente se considera inteligente, pero pocas personas se consideran creativas. ¿Por qué? Este libro descubre la relación entre inteligencia y creatividad y propone más de 70 ejercicios para desarrollar la creatividad y poder reinventarnos a diario.

Incremente su poder mental

Philip Carter - Ken Rusell

ISBN: 9788497353380 Págs: 114
13,94 € | 14,50 € Derechos: M

Está científicamente probado que sólo utilizamos el 2% de nuestro poder mental. En este libro, encontrarás tests completos y sencillos ejercicios diseñados para mejorar la memoria e incrementar el poder mental.

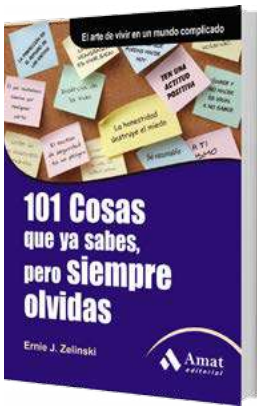


Mi agenda saludable

Dr. Gaspar García

ISBN: 9788497353663 Págs: 232
17,26 € | 17,95 € Derechos: M

Agenda universal dinámica y práctica, con técnicas de eficacia comprobada que influyen en todos los ámbitos de la existencia; de lo personal a lo social y a lo profesional para mejorar sustancialmente la calidad de vida.



101 cosas que ya sabes, pero siempre olvidas

Ernie J. Zelinski

ISBN: 9788497353632 Págs: 222
17,16 € | 17,85 € Derechos: M

Este libro ofrece pautas para hacer tesoro de lo aprendido en experiencias del pasado y aplicarlo en experiencias futuras. Ofrece pautas para recordar qué situaciones hay que evitar y qué caminos hay que seguir para tener una vida más feliz y satisfactoria.

El reto de ser feliz

Juan Manuel Opi

ISBN: 9788497353250 Págs: 256
14,38 € | 14,95 € Derechos: M

¿Cómo sobrevivir al estrés tan común hoy en día? Un libro para conseguir la armonía, el equilibrio y un eficaz control de nuestra vida. Nunca más nos preocuparemos por las muchas gestiones cotidianas, sólo nos ocuparemos eficazmente de ellas.

Evitando el autosabotaje

César Piqueras

ISBN: 9788497355872 Págs: 216
16,20 € | 16,85 € Derechos: M

Guía práctica para combatir el autosabotaje con técnicas, consejos y herramientas para ayudarnos a conseguir nuestros objetivos. Profundiza en las distintas razones por las cuales nos impedimos a nosotros mismos conseguir aquello que deseamos.

Que acaben comprando los que solo están mirando

Marcos Álvarez

ISBN: 9788497359726 Págs: 240
16,30 € | 16,95 € Derechos: M

Este libro contiene todas las herramientas y los mejores trucos probados con éxito con responsables de tienda y directores de equipos de ventas de grandes multinacionales para que hagas crecer los beneficios de tu negocio como por arte de magia.

¡Tú mismo!

Marcos Álvarez

ISBN: 9788497357449 Págs: 192
11,44 € | 11,90 € Derechos: M

Dispones de los recursos necesarios para conseguir siempre lo que te propongas. Gracias al management, el coaching, la PNL y la psicología positiva, y la lectura de este libro descubrirás las herramientas para alcanzar tus metas.

Vender poderosamente

Marcos Álvarez

ISBN: 9788497357883 Págs: 144
11,44 € | 11,90 € Derechos: M

Para generar confianza en el cliente el vendedor necesita conocer el producto, pero también tener confianza en sí mismo y toda una serie de habilidades que le aporten credibilidad. Gracias a la PNL, el autor ofrece un modelo efectivo para conseguirlo.

Búscate la vida

Marcos Álvarez

ISBN: 9788497357227 Págs: 144
11,44 € | 11,90 € Derechos: M

¿Qué quieres conseguir? ¿Qué necesitas para conseguirlo? ¿Qué estás dispuesto a poner de tu parte para ello? Este libro te ofrece herramientas de coaching y cuadro de mando aplicadas a la consecución del éxito y la superación personal.

Voy a venderlo todo

Marcos Álvarez

ISBN: 9788497355285 Págs: 160
11,44 € | 11,90 € Derechos: M

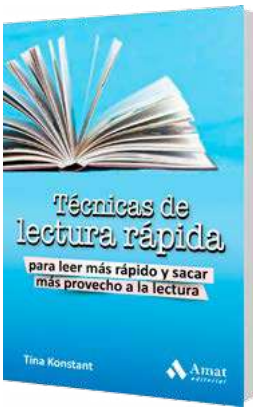
Herramientas de coaching, PNL, inteligencia emocional y psicología positiva para mejorar los resultados de ventas. Dirigido a todos aquellos profesionales de la venta que quieren vender más, mejor y lograr los objetivos de venta que se propongan.

21 secretos para mejorar sus finanzas

Brian Tracy

ISBN: 9788497353861 Págs: 110
11,54 € | 12,00 € Derechos: M

Una fórmula compuesta por 21 pasos para triunfar y hacer realidad tus deseos no sólo a nivel económico, sino en todos los aspectos de la vida. Aprende a organizarte para conseguir todos tus objetivos vitales.



Técnicas de lectura rápida

Tina Konstant

ISBN: 9788497357074 Págs: 176
12,45 € | 12,95 € Derechos: M

¿Necesitas leer (y ser capaz de recordar) la mayor información posible en el menor tiempo? Descubre las mejores estrategias que te ayudarán a leer con más soltura y conseguir la mayor documentación posible en el menor tiempo.

BEST SELLER

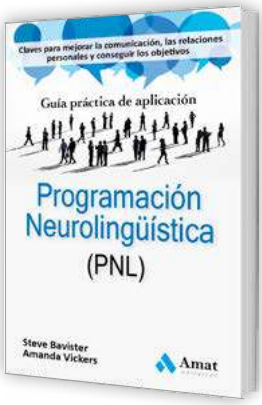
Minimalismo

Élodie-Joy Jaubert

ISBN: 9788497359665 Págs: 160
12,45 € | 12,95 € Derechos: M

El minimalismo es una filosofía y forma de vida que propone dedicarse a lo importante y descartar todo lo innecesario como camino para alcanzar la realización personal. Este libro te guiará paso a paso hacia la libertad, revisando los principios del minimalismo y los diferentes métodos existentes.

Desarrollo **personal**

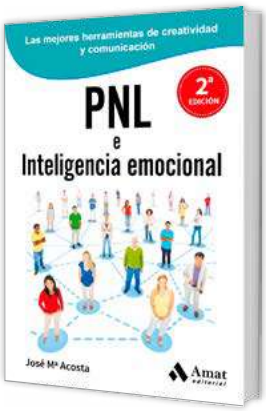


Programación Neurolingüística (PNL)

Amanda Vickers - Steve Bavister

ISBN: 9788497357524 Págs: 288
14,28 € | 14,85 € Derechos: M

Gracias a la Programación Neurolingüística podrás ampliar los límites de aquello que crees posible para tu vida, comunicarte con convicción, controlar tus estados emocionales y convertir los desafíos en oportunidades.



PNL e Inteligencia emocional

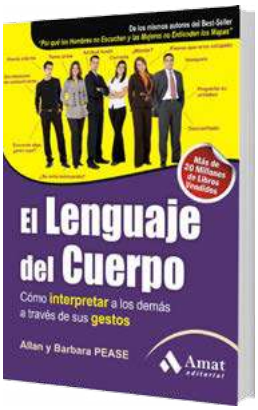
José Mª Acosta

ISBN: 9788497357241 Págs: 160
14,28 € | 14,85 € Derechos: M

Manual exhaustivo para el aprendizaje tanto teórico como práctico de la Programación Neurolingüística. Las claves para conseguir identificar los objetivos, comunicarse efectivamente y obtener mejores relaciones.

Amor y **pareja**

BEST SELLER

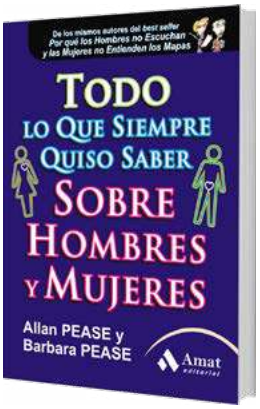


El lenguaje del cuerpo

Allan Pease - Barbara Pease

ISBN: 9788497353694 Págs: 408
21,15 € | 22,00 € Derechos: M

Aprende a interpretar el lenguaje corporal de los demás a través de sus gestos, de la mano del nº 1 del mundo en lenguaje corporal. El libro examina en términos muy sencillos todos los componentes del lenguaje y los gestos del cuerpo.



Todo lo que siempre quiso saber sobre hombres y mujeres

Allan Pease - Barbara Pease

ISBN: 9788497353946 Págs: 272
19,18 € | 19,95 € Derechos: M

Responde, de forma desenfadada y con un toque de humor, a muchas de las preguntas que nos surgen sobre el sexo opuesto y a las diferencias entre hombres y mujeres en toda su diversidad para disfrutar de una mejor relación y convivencia con la pareja.

¡Conecta!

Allan Pease - Barbara Pease

ISBN: 9788497355780 Págs: 160
12,45 € | 12,95 € Derechos: M

Todos los secretos para entender el lenguaje corporal del amor para corregir los gestos que podrían llevarte al fracaso y aumentar tus posibilidades de conectar con la persona que te interesa de forma natural y eficaz.

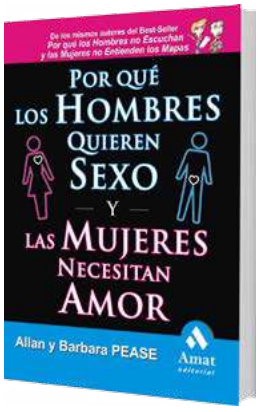
LONG SELLER

Por qué los hombres no escuchan y las mujeres no entienden los mapas

Allan Pease - Barbara Pease

ISBN: 9788497357838 Págs: 336
16,30 € | 16,95 € Derechos: M

Los hombres y las mujeres son diferentes. Esto no significa que unos sean mejores que los otros sino que, sencillamente, son distintos. Bestseller internacional que aborda las diferencias existenciales entre sexos.



Por qué los hombres quieren sexo y las mujeres necesitan amor

Allan Pease - Barbara Pease

ISBN: 9788497353236 Págs: 292
14,37 € | 14,95 € Derechos: M

Tras una investigación muy exhaustiva Allan y Barbara Pease nos descubren por qué los hombres quieren sexo y las mujeres necesitan amor. Este libro va dirigido a todos aquellos que quieran disfrutar al máximo sus relaciones.

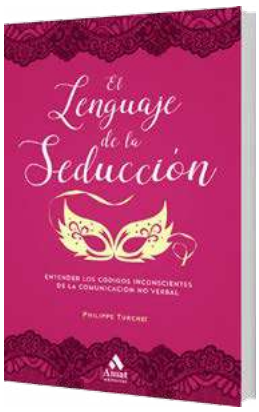
Por que los hombres mienten y las mujeres lloran

Allan Pease - Barbara Pease

ISBN: 9788497350686 Págs: 316
9,57 € | 9,95 € Derechos: M

Comprender al sexo opuesto es clave para resolver los conflictos en las relaciones de pareja. Con el humor que caracteriza a los autores, hallaremos los puntos fuertes de cada sexo para disfrutar de una vida más íntima y plena.

NOVEDAD 2018



El lenguaje de la seducción

Philippe Turchet

ISBN: 9788417208165 Págs: 192
16,20 € | 16,85 € Derechos: M

El poder de seducción no radica en la belleza física, sino en la capacidad de generar en el otro interés y el deseo de abrirse. Este libro nos enseña a detectar y utilizar los mecanismos para tomar el control de nuestras relaciones.

NOVEDAD 2018

El arte de la seducción

Odile Lamourère

ISBN: 9788417208080 Págs: 192
16,30 € | 16,95 € Derechos: M

Este libro examina, con sentido del humor, el estado actual en materia de seducción y, a partir de los testimonios de cientos de hombres y mujeres, nos regala muchas sorpresas sobre las expectativas de los hombres, las exigencias de las mujeres y su indiscutible atracción mutua.

Familia y **educación**

Los niños no son de Marte (aunque algunos lo parezcan)

Bruno Nievas

ISBN: 9788497358248 Págs: 224
14,38 € | 14,95 € Derechos: M

Escrita por el conocido pediatra Bruno Nievas, curtido en quince años de experiencia, os descubrirá todo lo que podéis mejorar y lo que debéis saber sobre vuestros hijos, desde cómo son y cómo tenerlos en brazos hasta enseñarles a acudir a la consulta sin que lloren (¡sí, es posible!).

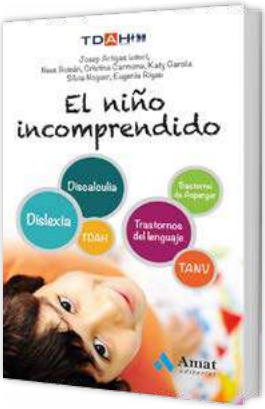
NOVEDAD 2018

Alimentación saludable para niños geniales

Griselda Herrero

ISBN: 9788417208127
Derechos: M

Libro en el que la autora da una serie de consejos para ayudar a las familias y al profesorado a educar emocional y nutricionalmente bien a los niños para que gocen de cerebros saludables.



El niño incomprendido

Josep Artigas (ed.). N. Buisán, C. Carmona, K. García, S. Noguer, E. Rigau

ISBN: 9788497357463 Págs: 176
11,54 € | 12,00 € Derechos: M

Ciertas dificultades vinculadas al desarrollo del sistema nervioso central de los niños generan problemas escolares, familiares y sociales como TDAH, Discalculia, TANV, Trastornos del lenguaje, Dislexia o Trastorno de Asperger.

Crecer jugando paso a paso

Rocío Rivero

ISBN: 9788497359580 Págs: 160
12,45 € | 12,95 € Derechos: M

Este libro aporta nociones teóricas sobre el crecimiento y la madurez de los niños y propone una serie de ejercicios de psicomotricidad y estimulación para potenciar su desarrollo.

20 valores que puede transmitir a sus hijos

Barbara C. Unell - Jerry L. Wyckoff

ISBN: 9788497352284 Págs: 464
18,13 € | 18,85 € Derechos: E

La verdadera educación de los niños se completa con la transmisión de valores. Este libro ofrece prácticas y sencillas maneras de transmitirlos para que vivan en equilibrio entre sus deseos personales y las necesidades sociales.

Cómo educar a sus hijos con el ejemplo

Sal Severe

ISBN: 9788497353151 Págs: 174
12,45 € | 12,95 € Derechos: E

Muestra a los padres la forma de enseñar a sus hijos a tener una conducta adecuada, a escuchar y a colaborar. Aporta prácticos consejos para saber cómo actuar ante diferentes situaciones practicando con el ejemplo.

365 propuestas para educar

Óscar González

ISBN: 9788497357906 **Págs:** 464
12,45 € | 12,95 € Derechos: **M**
Edición de bolsillo

Citas, frases y aforismos de grandes pensadores de ayer y de hoy que te ayudarán a reflexionar y tomar decisiones sobre los aspectos fundamentales de la educación.

Escuela de padres de niños de 0 a 6 años

Óscar González

ISBN: 9788497358521 **Págs:** 208
14,38 € | 14,95 € Derechos: **M**

Consejos para afrontar la educación de los hijos hasta los 6 años, tratando aspectos como los juguetes más recomendados, las actividades entre padres e hijos, el efecto de un grito o un castigo o el inicio de la escuela.

Escuela de padres de niños de 6 a 12 años

Óscar González

ISBN: 9788497358545 **Págs:** 160
14,38 € | 14,95 € Derechos: **M**

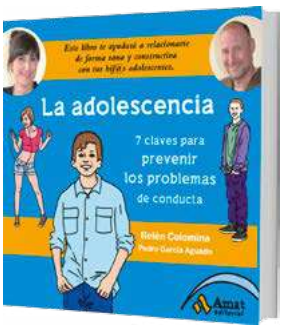
Óscar González da consejos para educar a los hijos entre 6 y 12 años, tratando temas como la disciplina, el efecto de los castigos, el acoso escolar, las consecuencias del exceso de deberes, la motivación y las nuevas tecnologías, entre otros.

Escuela de padres de adolescentes

Óscar González

ISBN: 9788497358569 **Págs:** 160
14,38 € | 14,95 € Derechos: **M**

Este libro ofrece una hoja de ruta a los padres para educar a sus hijos adolescentes, tratando temas como la relación con ellos, la educación , las normas, los riesgos de esta edad, las nuevas tecnologías y otros.



La adolescencia

Belén Colomina - Pedro García Aguado

ISBN: 9788497357487 **Págs:** 240
14,28 € | 14,85 € Derechos: **M**

En una etapa donde el adolescente empieza a crear su identidad y a querer diferenciarse de su familia, la autora nos da las claves para acompañarles en este proceso de crecimiento y diferenciación.

El nido de la felicidad

Cristina Peña - Laura Jordi - Juan Pablo Guzmán - Elisa Sotelo - Alberto Tundider

ISBN: 9788497359467 **Págs:** 176
16,30 € | 16,95 € Derechos: **M**

Una guía para ayudar a los niños a que consigan el éxito y la felicidad en sus vidas, gracias a una nueva metodología de enseñanza basada en el control de uno mismo, el enfoque en el logro de objetivos, el reconocimiento de la emoción y la práctica habitual de algunos juegos.

LONG SELLER

Cómo potenciar la inteligencia del bebé

Susan Goodwyn - Linda Acredolo

ISBN: 9788497357807 **Págs:** 192
14,38 € | 14,95 € Derechos: **E**

Las investigaciones más recientes demuestran que las experiencias de los primeros años de la vida del bebé influyen profundamente en el desarrollo de la inteligencia y de la creatividad. Excelente guía para estimular a tu bebé.

25 errores que cometen los padres

Peter Jaksa

ISBN: 9788497354059 **Págs:** 224
15,87 € | 16,50 € Derechos: **M**

Un manual para que los padres puedan prevenir caer en los 25 errores más frecuentes en la educación de sus hijos. Ofrece consejos útiles para enfrentarse a numerosas situaciones: disciplina, celos, rivalidad entre hermanos, privacidad y rebeldía.

La vida láctea

Oriol Sans

ISBN: 9788497357678 **Págs:** 144
14,38 € | 14,95 € Derechos: M

Una guía útil que recopila toda la información disponible y los avances que se han producido alrededor de la intolerancia a la lactosa. El autor ayuda a comprender con facilidad esta patología abarcándola desde un punto de vista médico, dietético, social pero sobretodo personal.

Mix it

Lena Suhr

ISBN: 9788497358668 **Págs:** 128
11,49 € | 11,95 € Derechos: M

Este fantástico libro te ofrece 120 recetas sabrosas y variadas para hacer con la batidora, con la que podrás preparar desde leche de almendras tostadas hasta un batido verde de arándanos con kombucha, barritas cremosas de anacardos o cuscús con fresas.

Cocina sana con el método del plato

Fundación Alícia

ISBN: 9788497358842 **Págs:** 112
11,49 € | 11,95 € Derechos: M

Para mantener una dieta sana y equilibrada es necesario ser conscientes de los alimentos que consumimos. En estas recetas verás los alimentos en crudo (según las necesidades de cada persona) y el plato cocinado.

Cocina sana en 10 minutos

Isma Prados

ISBN: 9788497358088 **Págs:** 112
9,57 € | 9,95 € Derechos: M

Este libro es mucho más que una recopilación de recetas saludables. Isma Prados explica cuáles son las familias de los alimentos, enseña a seleccionar y combinar los mejores ingredientes, sugiere cómo ahorrar tiempo en la cocina y da ideas para elaborar un menú variado en pasos sencillos y asequibles.

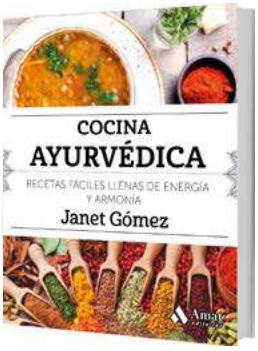
NOVEDAD 2018

Cocina sana sin gluten, sin lácteos, sin azucar

Tomás Loyola Barberis

ISBN: 9788417208141 **Págs:** 128
12,45 € | 12,95 € Derechos: M

Este libro ofrece una serie de recetas con las que un cambio de alimentación es muy cómodo y sencillo.

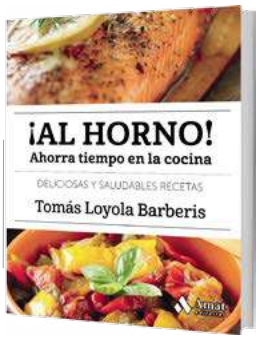


Cocina Ayurvédica

Janet Gómez

ISBN: 9788497359023 **Págs:** 112
11,49 € | 11,95 € Derechos: M

Esta guía de cocina propone recetas rápidas para elaborar comidas equilibradas y sabrosas que protegen y responden a tus necesidades. Gracias a sus estudios de nutrición ayurvédica, la autora descubrió las propiedades terapéuticas de muchos alimentos que actúan a nivel físico, mental y emocional.



¡Al horno!

Tomás Loyola Barberis

ISBN: 9788497359917 **Págs:** 120
12,45 € | 12,95 € Derechos: M

Las recetas al horno tienen cada día más seguidores porque son fáciles, saludables y… ¡te dejan mucho tiempo libre! Te presentamos una combinación de recetas modernas y tradicionales con las que sorprender a los tuyos.

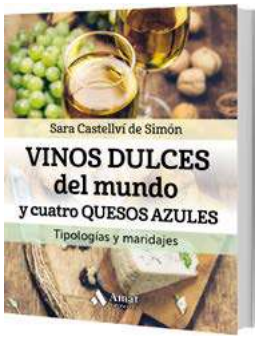
BEST SELLER

De la cocina a la mesa en 10 minutos

Lékué - Fundación Alícia

ISBN: 9788497356688 **Págs:** 96
9,57 € | 9,95 € Derechos: M

Fáciles y rápidas recetas ilustradas y explicadas paso a paso, para cocinar en microondas en tan solo 10 minutos. Innovarás en tu menú diario y mejorarás tus habilidades de cocinera, sin renunciar a elaborar platos sabrosos y sanos.

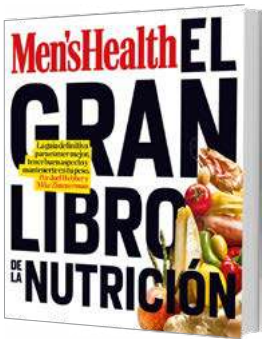


Vinos dulces del mundo y cuatro quesos azules

Sara Castellví de Simón

ISBN: 9788497359344 **Págs:** 160
12,45 € | 12,95 € Derechos: M

Este libro propone un apasionante viaje por los grandes vinos dulces naturales del mundo, una explosión de sabores para el paladar que, aunque habitualmente se sirven para acompañar postres, también son ideales para maridar con quesos azules.

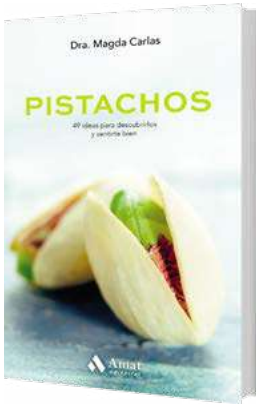


El gran libro de la nutrición

Joel Webber - Mike Zimmerman

ISBN: 9788497354363 **Págs:** 384
23,94 € | 24,90 € Derechos: E

Transforma tu vida a través de la alimentación con esta guía para conocer todas y cada una de las propiedades de cada alimento. Recetas fáciles y trucos para mantener una alimentación 100% saludable, comer bien, sentirse mejor y perder peso rápidamente.

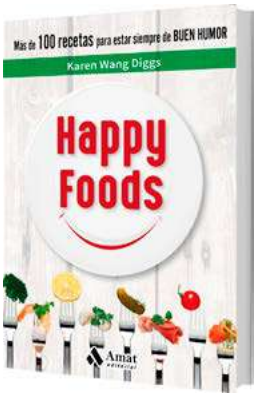


Pistachos

Magda Carlas

ISBN: 9788497359764 **Págs:** 128
9,57 € | 9,95 € Derechos: M

Este libro de la Dra. Magda Carlas te ayudará a descubrir una perspectiva nutricional y gastronómica del pistacho, ofrece consejos dietéticos saludables y te enseñará a crear originales picoteos, ensaladas, salsas, dulces tentaciones y mucho más, todos ellos con pistachos.



Happy foods

Karen Wang Diggs

ISBN: 9788497359269 **Págs:** 260
19,18 € | 19,95 € Derechos: M

Comer bien y ser feliz están directamente relacionados, pues existen alimentos que nos pueden garantizar el buen humor en nuestro día a día, al tiempo que nos protegen del estrés y la fatiga. Descubre más de 100 recetas que te harán estar siempre de buen humor.

Sin azúcar

Carla Nieto Martínez

ISBN: 9788497359931 **Págs:** 176
16,20 € | 16,85 € Derechos: M

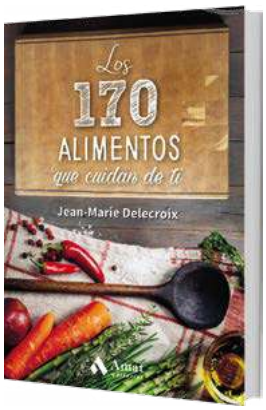
Descubre las últimas investigaciones sobre los efectos del azúcar en nuestro organismo, su relación directa con la obesidad y ciertas enfermedades o el nefasto papel que juegan los "azúcares ocultos". Aclara todas las dudas para poner en práctica un plan para "desintoxicarte", reincorporándolo cuando quieras a tu dieta de forma más sana.

La dieta Smart

Dra. Reina García Closas

ISBN: 9788497354011 **Págs:** 208
15,38 € | 16,00 € Derechos: M

Un libro sobre dieta, nutrición, pérdida y mantenimiento del peso corporal, basado en los descubrimientos científicos de HARVARD sobre el índice glicémico. Se centra en alimentos específicos de la dieta mediterránea.



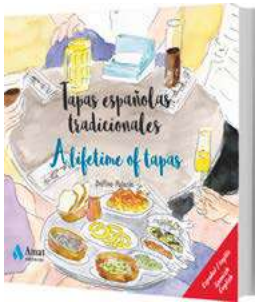
Los 170 alimentos que cuidan de ti

Jean-Marie Delecroix

ISBN: 9788497358262 **Págs:** 384
19,18 € | 19,95 € Derechos: M

Una guía completa con la información que necesitas sobre los beneficios de los alimentos que mejor cuidan de ti, tanto para prevenir enfermedades como para cargarte de energía, reforzar tu sistema inmunológico o mantener tu peso ideal.

EDICIÓN BILINGÜE



Tapas españolas tradicionales. A lifetime of tapas

Delfina Palacín **Cartoné**

ISBN: 9788497359382 **Págs:** 260
14,88 € | 14,95 € Derechos: M
Edición español/inglés

Descubre las recetas de las auténticas tapas españolas, de la mano de Delfina Palacín, responsable de cocina del genuino Bar La Creu. Edición bilingüe castellano e inglés ilustrada por Arturo Boneta. Un completo recetario de las tapas españolas de toda la vida.

NOVEDAD 2018

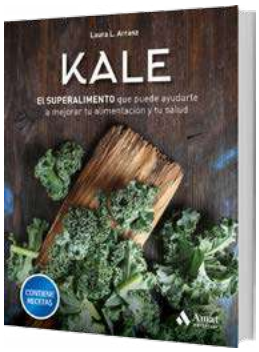
Hormonas felices

Emma Ellice-Flint - Jill Keyte

ISBN: 9788417208103 **Págs:** 192
19,18 € | 19,95 € Derechos: **M**

Este libro ofrece recetas equilibradas y deliciosas, elaboradas con ingredientes naturales, que han sido creadas para restaurar el equilibrio hormonal del organismo.

NOVEDAD 2018



Kale

Laura L. Arranz

ISBN: 9788417208189 **Págs:** 144
12,45 € | 12,95 € Derechos: **M**

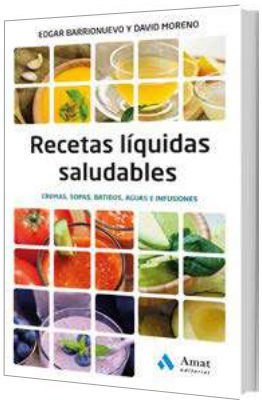
En esta guía conoceremos todo sobre las propiedades de la verdura Kale y sus efectos positivos sobre la salud, sus virtudes en comparación con otros alimentos, de dónde viene y cómo incorporarla en nuestra dieta habitual.

Dietox

Virginie Rogé - Nekane Ullán

ISBN: 9788497358439 **Págs:** 160
14,38 € | 14,95 € Derechos: **M**

Un plan fácil, divertido, cómodo y saludable que ha ayudado ya a miles de personas en todo el mundo a compensar los excesos del fin de semana. Un estilo de vida saludable para ponernos a punto antes de un evento o las vacaciones y perder peso.



Recetas líquidas saludables

Edgar Barrionuevo - David Moreno

ISBN: 9788497358804 **Págs:** 160
14,38 € | 14,96 € Derechos: **M**

Después del boom de los zumos verdes es necesario ir más allá. Este libro ofrece todo tipo de recetas líquidas, sopas, cremas, batidos, infusiones y licuados con el fin de mejorar así nuestra salud y bienestar.

Más claro que el agua

Dra. Magda Carlas

ISBN: 9788497357333 **Págs:** 112
14,28 € | 14,85 € Derechos: **M**

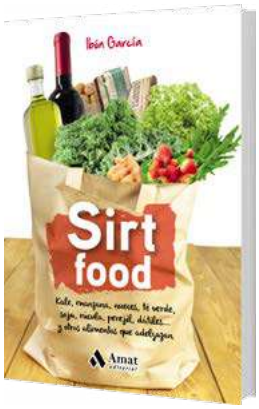
El agua es el elemento principal del cuerpo y tiene un papel clave en todos los procesos fisiológicos vitales. Este libro hace referencia a todos los aspectos que debemos conocer, así como falsos mitos sobre el agua mineral.

Naturalmente sexy

Laura Prepon - Elizabeth Troy

ISBN: 9788497359085 **Págs:** 272
25,91 € | 26,95 € Derechos: **M**

Una revolucionaria guía de 21 días sobre alimentación y estilo de vida que combina la ciencia nutricional moderna con la teoría china para desintoxicar el cuerpo y quemar grasas. Herramientas para mejorar tu bienestar y comenzar a vivir como siempre habías soñado.



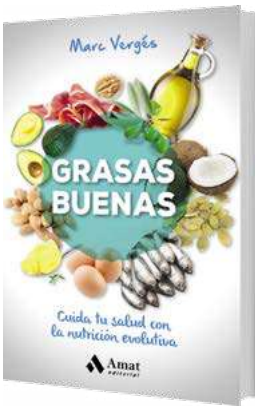
Sirt Food

Ibón García de Miguel

ISBN: 9788497359603 **Págs:** 192
14,28 € | 14,85 € Derechos: **M**

Activa los genes responsables de la delgadez y el rejuvenecimiento celular, aumentando tu calidad de vida y bajando peso. Se trata de una dieta que incluye recetas con alimentos económicos y accesibles, típicos de la dieta mediterránea. Se ha hecho popular gracias a algunas celebrities, como Madonna y Adele.

BEST SELLER



Grasas buenas

Marc Vergés

ISBN: 9788497359702 **Págs:** 160
16,30 € | 16,95 € Derechos: **M**

Descubre qué pueden hacer las grasas buenas por tu salud física y emocional: Mejora tu salud, tu estado anímico, disminuye tu peso, aumenta la musculatura, regula tus hormonas y consigue que tu alimentación mejore en sabor y saciedad. Marc Vergés es autor de "Paleo Dieta para deportistas".

Alimentación

BEST SELLER

La alimentación que te fortalece durante la quimio

Mike Herbert - Joseph Dispenza

ISBN: 9788497358361 Págs: 192
17,26 € | 17,95 € Derechos: M

Este libro muestra que los pacientes de cáncer pueden sanar más rápidamente y mejor con una buena alimentación mientras se someten al tratamiento convencional. Los autores te enseñan a comer los alimentos que mejor cuidan de ti.

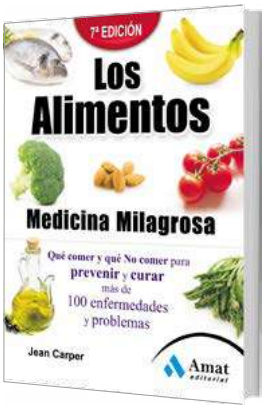
La alimentación que cuida tu memoria

Judi y Shari Zucker

ISBN: 9788497359009 Págs: 208
17,26 € | 17,95 € Derechos: M

Esta obra aporta consejos, explica hábitos de vida e incluye recetas centradas en alimentos beneficiosos para el cerebro y la salud, todo ello basado en los últimos estudios sobre salud cerebral.

LONG SELLER



Los alimentos. Medicina Milagrosa

Jean Carper

ISBN: 9788497353922 Págs: 488
19,13 € | 19,90 € Derechos: E

Saber qué se debe comer y qué no se debe comer es fundamental para disfrutar de una excelente salud. Una serie de hallazgos científicos asombrosos sobre los poderes curativos y preventivos de los alimentos avala este libro.

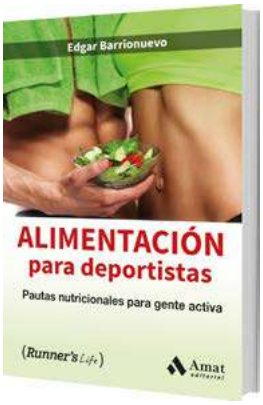
La dieta contra el cáncer

Gianluca Bruttomesso - Daniele Razzoli

ISBN: 9788497353748 Págs: 140
9,57 € | 9,95 € Derechos: M

Las investigaciones de la medicina nutricional han permitido comprobar que existe una estrecha relación entre la alimentación y la prevención de tumores. Este libro muestra como prevenir el cáncer por medio de una alimentación adecuada y consciente.

Deporte y Fitness



Alimentación para deportistas

Edgar Barrionuevo

ISBN: 9788497359903 Págs: 192
16,29 € | 16,95 € Derechos: M

Cualquier deportista sabe que no basta con un buen entrenamiento para sentirse cómodo en una prueba y mejorar los resultados, sino que también es necesario mantener una alimentación acorde al ejercicio que se pract1ca.

BEST SELLER

Paleo Dieta para deportistas

Marc Vergés

ISBN: 9788497358323 Págs: 168
15,34 € | 15,95 € Derechos: M

Esta guía, pensada especialmente para deportistas, propone un regreso a una alimentación mucho más tradicional y adaptada a nuestra genética, alejándola así de los excesos y los procesos industriales de la alimentación del siglo XXI.

Agenda Runner 2018

ISBN: 9788497359788 Págs: 144
14,35 € | 14,95 € Derechos: M

Esta agenda os propone a rodos los runners planes de entrenamiento, consejos para correr mejor, calendario de las carreras más destacadas del mundo y herramientas para mejorar tu rendimiento y planificar tu temporada.

YogaFit para deportistas

Beth Shaw

ISBN: 9788497358989 Págs: 224
16,30 € | 16,95 € Derechos: M

Esta guía práctica ofrece una serie de rutinas cortas y específicas para tu deporte diseñadas para desarrollar tu equilibrio, fuerza, flexibilidad, resistencia y capacidad pulmonar, mejorar tu rendimeinto y reducir el riesgo de lesiones. Beth Shaw es fundadora de YogaFit Training Systems, la escuela de yoga más importante del mundo.

NOVEDAD 2018

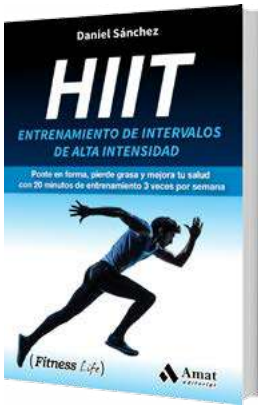
El libro de los estiramientos

Jay Blahnik

ISBN: 9788497359207 **Págs:** 200
19,18 € | 19,95 € Derechos: **M**

Consigue un cuerpo totalmente flexible para mejorar tu rendimiento y prevenir lesiones, combinando lo mejor del yoga, el pilates, las artes marciales y el entrenamiento deportivo. Incluye ejercicios para el calentamiento, el enfriamiento y exigentes rutinas de *fitness*.

NOVEDAD 2018

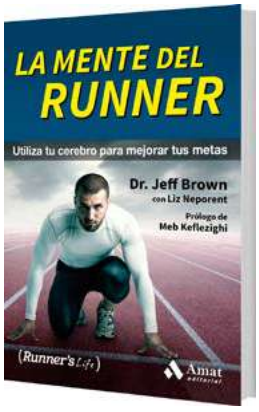


HIIT

Daniel Sánchez

ISBN: 9788417208202 **Págs:** 160
14,27 € | 14,85 € Derechos: **M**

Con este entrenamiento de intervalos de alta densidad es posible ponerse en forma, perder grasa y mejorar la salud con solo 20 minutos de entrenamiento 3 veces por semana.



La mente del runner

Jeff Brown

ISBN: 9788497358392 **Págs:** 256
18,22 € | 18,95 € Derechos: **M**

Cuando sales a correr, quieres dar lo mejor de ti, pero una buena condición física no es suficiente para ponerle alas a tus pies. Lo que piensas y sientes mientras corres tiene una gran influencia en tu rendimiento. Haz que la mente sea tu aliada siempre.

Trail Running

Meghan M. Hicks - Bryon Powell

ISBN: 9788497358941 **Págs:** 288
22,07 € | 22,95 € Derechos: **M**

Tanto si has decidido empezar a correr como si eres un experimentado corredor de montaña que quieres mejorar tus habilidades, este libro te ofrece los conocimientos esenciales que te ayudarán en este tipo de carrera.

Consejos diarios para correr mejor

Carlos Jiménez

ISBN: 9788497357531 **Págs:** 392
9,57 € | 9,95 € Derechos: **M**
Edición de bolsillo

¿Quieres empezar a correr o mejorar tu rendimiento en el *running*? Este libro te ofrece útiles consejos divididos por temas: Motivación, Empezar a Correr, Entrenamiento, Acondicionamiento Físico, Nutrición e Hidratación y Sugerencias Prácticas.

Preparar un triatlón en 4 horas por semana

Eric Harr

ISBN: 9788497358682 **Págs:** 272
22,07 € | 22,95 € Derechos: **M**

Cualquier corredor busca siempre nuevos retos, pasar de carreras de 10 km a los medios maratones, y de ahí al maratón. Poco después viene el triatlón. Este libro ofrece consejos y planes de entrenamiento para completar esta prueba con éxito.

Diario de entrenamiento para 10K

Carlos Jiménez

ISBN: 9788497357555 **Págs:** 128
11,54 € | 12,00 € Derechos: **M**

El primer reto al que muchos corredores se enfrentan es alcanzar los 10 km. En esta publicación el corredor encontrará útiles consejos para conseguir con éxito correr esta distancia. Ideal tanto para corredores principiantes como expertos.

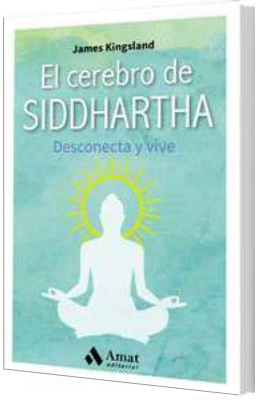
BEST SELLER

El gran libro del Maratón y el medio Maratón

Runner's World

ISBN: 9788497357371 **Págs:** 304
19,13 € | 19,90 € Derechos: **E**

Todo lo que necesitas para empezar el entrenamiento con buen pie y llegar con éxito hasta la línea de salida está en este libro. La guía más completa y extensa jamás publicada sobre entrenamiento para maratón y medio maratón.



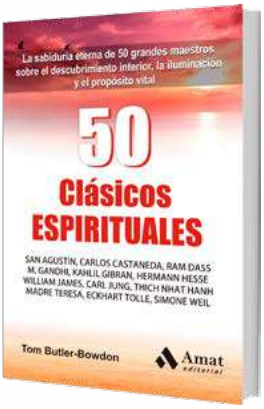
El cerebro de Siddhartha

James Kingsland

ISBN: 9788497359368 **Págs:** 272
19,18 € | 19,95 € Derechos: **M**

James Kingsland —editor científico de *The Guardian*— explica, a partir de la historia evolutiva del cerebro y de los desórdenes y neurosis asociados a nuestro mundo tecnológico, por qué la antigua práctica del *mindfulness* ha sido siempre tan importante y beneficiosa para los seres humanos.

"Cualquiera puede ejercer la magia y alcanzar sus objetivos si sabe pensar, esperar y ayunar".



50 clásicos espirituales

Tom Butler-Bowdon

ISBN: 9788497350570 **Págs:** 400
23,99 € | 24,95 € Derechos: **M**

Excelente recopilación de las obras perennes de la espiritualidad con el fin de divulgarla y hacerla accesible al lector de hoy. Demuestra el carácter universal de la búsqueda del ser humano, dándonos la inspiración para iniciar nuestra propia aventura.

50 libros clave para vivir mejor

Tom Butler-Bowdon

ISBN: 9788497357616 **Págs:** 368
19,18 € | 19,95 € Derechos: **M**

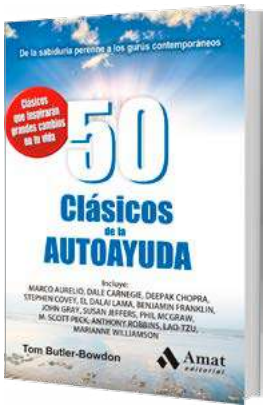
Recopilación de los principios y la filosofía de los 50 autores reconocidos de todos los tiempos que han ayudado a millones de personas a conseguir sus objetivos personales y profesionales gracias a su sabiduría.

Escucha tu cuerpo, sana tu vida

Eduardo Roino

ISBN: 9788497358927 **Págs:** 176
14,38 € | 14,96 € Derechos: **M**

Antes de que se diagnostique cualquier enfermedad o patología, el cuerpo da determinadas señales que hay que saber escuchar. Si les prestamos atención y tomamos las decisiones acertadas, podremos disfrutar de una salud de hierro.



50 clásicos de la autoayuda

Tom Butler-Bowdon

ISBN: 9788497357357 **Págs:** 258
19,18 € | 19,95 € Derechos: **M**

Considerada la guía perfecta del desarrollo personal, este libro ofrece un interesante recorrido a través de los libros y autores de todos los tiempos que más han influido en la nueva era y en el cambio de conciencia actual.

Cómo superar la timidez y el miedo a hablar en público

Dr. Martin M. Antony

ISBN: 9788497353618 **Págs:** 158
9,62 € | 10,00 € Derechos: **M**

Aprende a superar todos tus temores y a dominar los recursos necesarios para captar la atención de la audiencia. Aplicando 10 innovadoras técnicas aprenderás a hablar en público con gran serenidad.

Volar sin miedo

Duane Brown

ISBN: 9788497353144 **Págs:** 216
15,87 € | 16,50 € Derechos: **M**

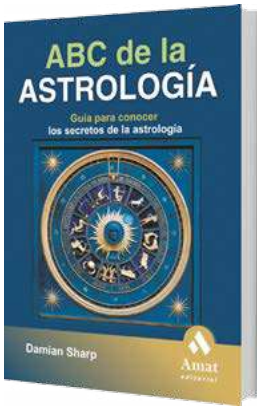
Volar sin miedo te explica cómo puedes hacer frente a tu miedo a volar, superarlo, y dejar de permitirle que limite tu vida. Descubrirás de qué forma el miedo afecta a tu cuerpo y aprenderás técnicas esenciales para controlar la ansiedad.

Interpretación de los sueños

Silvia C. Lapeña

ISBN: 9788497352949 **Págs:** 216
18,12 € | 18,84 € Derechos: **M**

Analizar los sueños y entender qué nos están diciendo es esencial para conocernos mejor. Este libro desmenuza el mundo de los sueños analizando cada símbolo y establece las claves que ayudan a interpretar su mensaje oculto.



ABC de la astrología

Damian Sharp

ISBN: 9788497352888 **Págs:** 224
16,3 € | 16,95 € Derechos: **M**

Los astros conocen todos los entresijos de tu vida y Damian Sharp te enseña a comprender su lenguaje de símbolos y a hacer tu propia interpretación sobre cómo interactúan e influyen en tus vivencias.

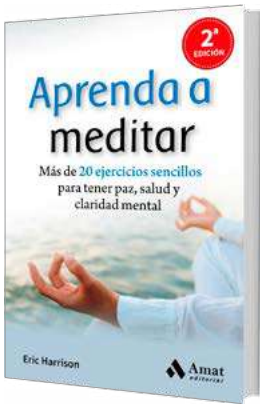
Quiromancia. El arte de leer las manos

Lori Reid

ISBN: 9788497353625 **Págs:** 150
14,38 € | 14,95 € Derechos: **M**

¡Pasado, presente y futuro están en la palma de tu mano! A través de fáciles indicaciones, el lector podrá aprender todos los secretos de la quiromancia y cómo interpretar los principales montes y líneas de su propia mano.

LONG SELLER

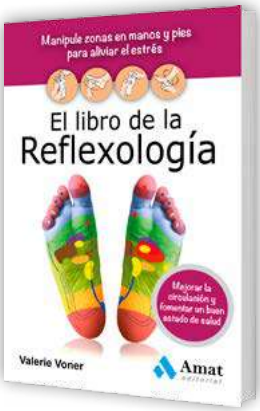


Aprenda a meditar

Eric Harrison

ISBN: 9788497353069 **Págs:** 152
14,28 € | 14,85 € Derechos: **M**

A través de la meditación alcanzas un estado de paz, amor y armonía. A medida que nos sentimos más relajados y conscientes, cada uno de los aspectos de nuestra vida se puede beneficiar.



El libro de la reflexología

Valerie Voner

ISBN: 9788497357579 **Págs:** 320
16,20 € | 16,85 € Derechos: **M**

¡Tú también puedes convertirte en un experto reflexólogo! Excelente guía con la que podemos aprender qué es la reflexología, cómo identificar las zonas y a que corresponden las distintas partes del cuerpo y cómo utilizarlas.

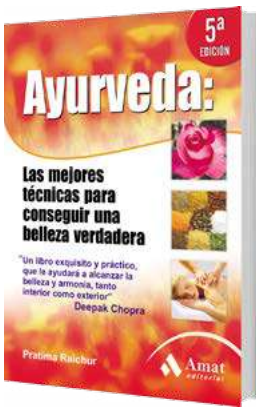
El enfoque tibetano del pensamiento positivo

Christopher Hansard

ISBN: 9788497351485 **Págs:** 248
16,20 € | 16,85 € Derechos: **M**

En esta estimulante obra, Christopher Hansard imparte las técnicas tibetanas tradicionales de la cultura Bön necesarias para tomar las riendas de nuestro pensamiento y crear la vida que deseamos vivir.

LONG SELLER

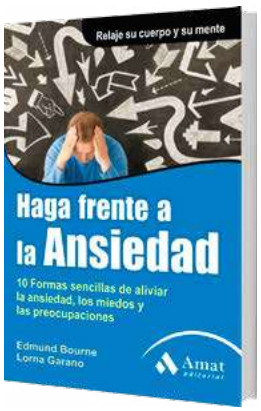


Ayurveda

Pratima Raichur

ISBN: 9788497354639 **Págs:** 482
15,34 € | 15,95 € Derechos: **E**

El Ayurveda es una de las más antiguas ciencias de la salud originaria de la India y se fundamenta en la unidad esencial entre la mente y el cuerpo. Sostiene que la belleza y la salud son el resultado de un estado de equilibrio y armonía interior.

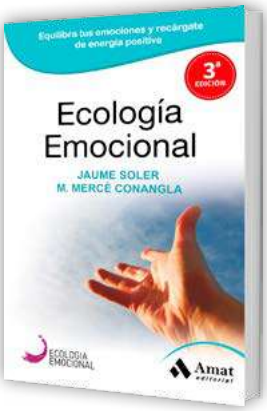


Haga frente a la ansiedad

Edmund Bourne - Lorna Garano

ISBN: 9788497354066 **Págs:** 136
9,47 € | 9,85 € Derechos: **M**

Este libro nos enseña a silenciar nuestras ruidosas preocupaciones y suavizar nuestras tensiones diarias para encontrar la calma en el ojo del huracán. Incluye ejercicios específicos para superar los síntomas físicos, mentales y emocionales de la ansiedad.



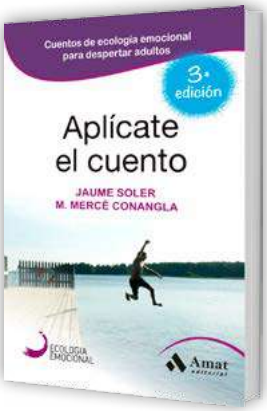
Ecología emocional

Jaume Soler - M. Mercè Conangla

ISBN: 9788497357036 **Págs:** 368
16,20 € | 16,85 € Derechos: **M**

¿Padecemos mayor contaminación emocional que atmosférica? La ecología emocional es un concepto revolucionario que propone prevenir la contaminación emocional tóxica y sus nefastas consecuencias. Ideal para una gestión ecológica de las emociones.

LONG SELLER

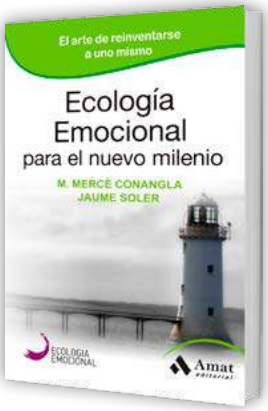


Aplícate el cuento

Jaume Soler - M. Mercè Conangla

ISBN: 9788497357135 **Págs:** 224
14,28 € | 14,85 € Derechos: **M**

Un compendio de relatos y cuentos enmarcados en la Ecología Emocional y dirigidos a todas aquellas personas que quieran descubrir su destino y esencia, asumir la responsabilidad de ser y pasar a la acción.



Ecología emocional para el nuevo milenio

M. Mercè Conangla - Jaume Soler

ISBN: 9788497357203 **Págs:** 448
19,09 € | 19,85 € Derechos: **M**

Aplicación práctica de la «ecología emocional» en el día a día con el propósito de colaborar en la cocreación de un mundo interior y exterior emocionalmente más ecológico, equilibrado y armónico para una vida más plena.

Corazón que siente, ojos que ven

M. Mercè Conangla - Jaume Soler

ISBN: 9788497357142 **Págs:** 240
16,20 € | 16,85 € Derechos: **M**

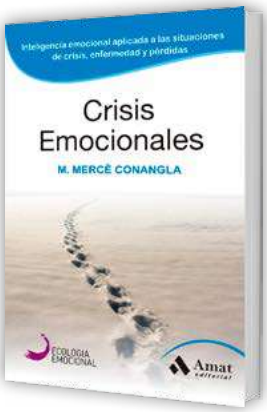
Libro dirigido a todas aquellas personas interesadas en mejorar su inteligencia emocional. Los autores muestran cómo utilizar nuestras energías renovables, sostenibles y limpias y evitar la contaminación y toxicidad emocional.

Juntos pero no revueltos

Jaume Soler - M. Mercè Conangla

ISBN: 9788497357128 **Págs:** 288
14,28 € | 14,85 € Derechos: **M**

Una guía para las modernas relaciones de pareja desde el punto de vista de la ecología emocional. Describe las dinámicas de relación que causan sufrimiento y propone una alternativa: «pasar de la familia obligada a la familia escogida».



Crisis emocionales

M. Mercè Conangla

ISBN: 9788497357098 **Págs:** 272
16,20 € | 16,85 € Derechos: **M**

Este libro es una guía de buenas prácticas éticas y emocionales para preparar a cualquier persona a afrontar de forma emocionalmente inteligente las crisis, los conflictos, las pérdidas y las enfermedades que la vida nos depara.

Juntos pero no atados

Jaume Soler - M. Mercè Conangla

ISBN: 9788497357111 **Págs:** 240
14,28 € | 14,85 € Derechos: **M**

Con un lenguaje sencillo y repleto de ejemplos, los autores proponen construir una relación de pareja emocionalmente ecológica, creativa y vinculada por el amor en lugar de la dependencia.

Ámame para que me pueda ir

Jaume Soler - M. Mercè Conangla

ISBN: 9788497357050 **Págs:** 256
14,28 € | 14,85 € Derechos: **M**

Sólo si amamos bien a nuestros hijos, ellos serán capaces de tener el coraje de alejarse de nosotros y vivir su propia vida con amor y responsabilidad. Una guía fundamental para sanar las relaciones entre padres e hijos.

NOVEDAD 2018

Miedo a tener miedo

Anna San Molina

ISBN: 9788417208226 **Págs:** 208
17,26 € | 17,95 € Derechos: **M**

La autora de este libro consigue acercar los conceptos de miedo, ansiedad y fobia a todas aquellas personas que tienen interés en saber, conocer y entender por qué se sienten de determinada manera y qué pueden hacer para sentirse mejor.

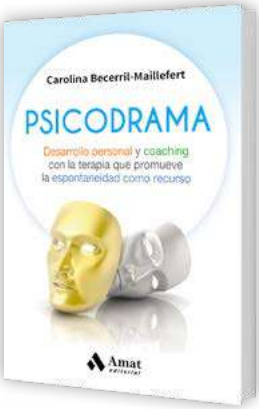
NOVEDAD 2018

Supera tus bloqueos

Christophe Marx

ISBN: 9788497359061 **Págs:** 176
16,30 € | 16,95 € Derechos: **M**

Escrito por un médico experto, esta detallada guía te ayudará a comprenderte mejor, superar los bloqueos emocionales y tomar las riendas de tu vida .



Psicodrama

Carolina Becerril-Maillefert

ISBN: 9788497358965 **Págs:** 208
16,30 € | 16,95 € Derechos: **M**

Este libro explica todo lo necesario sobre el psicodrama y muestra un amplio repertorio de ejercicios para llevar las emociones a la acción y facilitar la resolución de los conflictos existenciales. A través del psicodrama se puede potenciar la empatía y la creatividad, además de mejorar las relaciones humanas.

Análisis transaccional

Alain Cardon - Vincent Lenhardt - Pierre Nicolas

ISBN: 9788497359221 **Págs:** 192
16,30 € | 16,95 € Derechos: **M**

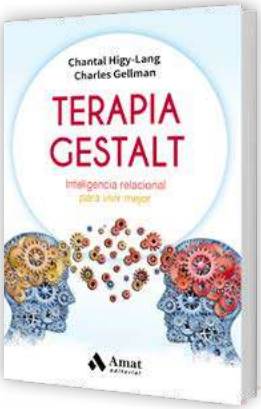
El análisis transaccional es una técnica que promueve la intimidad como capacidad de abrirse al otro, estar próximo, cercano y ser auténtico con los demás en un ambiente de reciprocidad donde las personas eligen actuar en cada contexto respetando los propios valores y los del otro en un ambiente de gran armonía.

EFT

Marielle Laheurte

ISBN: 9788497359245 **Págs:** 192
16,30 € | 16,95 € Derechos: **M**

El EFT, Emotional Freedom Technique, es una técnica de crecimiento interior que consiste en la liberación emocional mediante la acupresión. También conocida como Tapping, se ha revelado en los últimos años como una de las terapias más eficaces y sencillas para la resolución de problemas picosomáticos como el insomnio, las fobias, la ansiedad o la inseguridad.



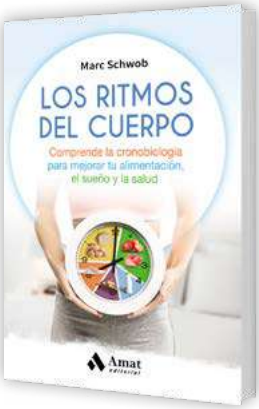
Terapia Gestalt

Chantal Higy-Lang · Charles Gellman

ISBN: 9788497359306 **Págs:** 208
17,26 € | 17,95 € Derechos: **M**

La terapia Gestalt es una de las terapias más efectivas porque nos enseña a centrarnos en el presente y a tomar conciencia de nuestros sentimientos, pensamientos y acciones, así como a adquirir más autoconfianza, sanar heridas emocionales y mejorar las relaciones.

BEST SELLER



Los ritmos del cuerpo

Marc Schwob

ISBN: 9788497359849 **Págs:** 192
18,22 € | 18,95 € Derechos: **M**

Nuestro cuerpo obedece a varios relojes biológicos que son decisivos para nuestra alimentación, sueño y salud. ¿En qué momento tenemos más energía para trabajar o hacer deporte?, ¿por qué un medicamento no tiene siempre el mismo efecto?... Descubre tus ritmos biológicos para potenciar tu salud.

Descubre los secretos de tu reloj biológico, para mejorar tu alimentación, sueño y salud.

Las investigaciones que han merecido un Premio Nobel

Mejora tu equilibrio interior

Alain Sembely

ISBN: 9788497358149 **Págs:** 112
9,57 € | 9,95 € Derechos: **M**

El objetivo de esta guía es que aprendas a controlar tu estado de bienestar y mantenerlo gracias a unos ejercicios muy sencillos pero que han demostrado ser muy útiles. Se basa en un método y unas técnicas para desarrollar la conciencia del ser.

Los 9 secretos de la intuición

Vanesa Miekzareck

ISBN: 9788497358125 **Págs:** 128
9,57 € | 9,95 € Derechos: **M**

Encontrar buenas ideas, tomar decisiones que te permitan seguir adelante, entender una situación compleja en un instante, fiarte de una primera impresión… Todo esto es posible si sigues tu intuición.

Los beneficios del ayuno

Edgar Barrionuevo - David Moreno

ISBN: 9788497358309 **Págs:** 112
9,57 € | 9,95 € Derechos: **M**

«¿Dejar de comer? ¡Ni lo sueñes!». El ayuno tiene una base científica que demuestra que la práctica supervisada por profesionales del ayuno puede depurar toxinas de nuestro cuerpo, colaborar a la desinflamación de los intestinos o mejorar el tránsito intestinal.

Remedios con aromas

Florence Sheen

ISBN: 9788497359429 **Págs:** 176
11,49 € | 11,95 € Derechos: **M**

La aromaterapia es un arte y una ciencia milenaria que utiliza esencias de aceites extraídos de las plantas y de los árboles con el fin de curar a través del olfato. Gracias a los olores las personas vivimos todo tipo de sentimientos, pasiones y emociones.

Digestión óptima

Patrick Holford

ISBN: 9788497358491 **Págs:** 160
11,49 € | 11,95 € Derechos: **M**

Este libro, eminentemente práctico, te guiará hacia una excelente digestión, un medio sencillo y eficaz para combatir numerosas enfermedades, mantenerte esbelto y garantizarte una buena salud.

Abraza tus emociones

Rosalía Pérez González

ISBN: 9788497359443 **Págs:** 176
11,49 € | 11,95 € Derechos: **M**

Miedo, rabia, alegría, tristeza son emociones básicas que desempeñan un papel fundamental en el crecimiento interior de la persona. Una emoción es un aviso que nuestra psique nos regala para conocernos mejor. Para ser feliz, es fundamental aprender a gestionar las emociones.

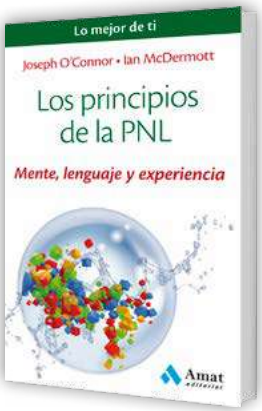
Los beneficios de la homeopatía

Xavier Martori

ISBN: 9788497358286 **Págs:** 112
9,57 € | 9,95 € Derechos: **M**

Se trata de una medicina alternativa que no solo tiene como finalidad curar, sino sobre todo reforzar las defensas para que el sistema inmunológico sea más fuerte en el futuro y pueda hacer frente de una manera más eficiente a posibles enfermedades.

BEST SELLER



Los principios de la PNL

Joseph O´Connor - Ian McDermott

ISBN: 9788497358200 **Págs:** 128
9,57 € | 9,95 € Derechos: **M**

Sabrás qué es la PNL y cómo funciona, cómo fijarse en la excelencia para alcanzar los mejores resultados, cómo mejorar las relaciones humanas y cómo estar en sintonía con tus patrones de comportamiento, lenguaje y sentidos.

BEST SELLER

La técnica Alexander

Jeremy Chance

ISBN: 9788497358224 **Págs:** 160
9,57 € | 9,95 € Derechos: **M**

La técnica Alexander te enseña cómo evitar la tensión muscular y mental innecesaria durante tus actividades diarias. Esta guía te mostrará cuáles son los métodos y cómo funcionan, te dará las claves para buscar un buen profesional y te indicará cómo practicar la técnica en casa.

Objetivo: vientre plano

Marc Bonamusa

ISBN: 9788497358507 **Págs:** 160
11,49 € | 11,95 € Derechos: **M**

¿Cuántas veces has soñado con tener un vientre plano? Los hipopresivos son la revolución del entrenamiento abdominal. Técnicas útiles y sencillas que hacen que tener un vientre plano no sea solo un sueño.

La fibromialgia

Antonio Collado, Xavier Torres, Anna Arias, Emilia Solé, Laura Salom, Emili Gómez, Laura Arranz

ISBN: 9788497358644 **Págs:** 176
17,26 € | 17,95 € Derechos: **M**

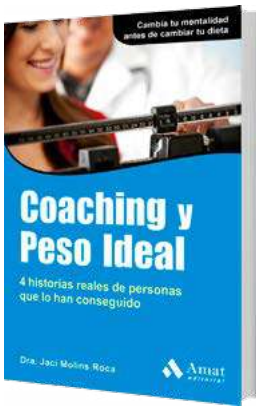
Este libro proporciona información práctica que permitirá a muchos pacientes, familiares y profesionales comprender mejor cuáles son los síntomas de la fibromialgia y cómo se pueden tratar.

En busca de la felicidad

Dennis Prager

ISBN: 9788497353731 **Págs:** 184
14,37 € | 14,95 € Derechos: **E**

Dennis Prager despeja muchas de las confusiones más comunes acerca de la manera de buscar la felicidad y señala la necesidad de emprender un trabajo interior riguroso, si verdaderamente queremos alcanzarla algún día.



Coaching y peso ideal

Dra. Jaci Molins Roca

ISBN: 9788497355681 **Págs:** 194
14,38 € | 14,95 € Derechos: **M**

El libro enseña de una manera práctica cómo funciona el coaching para adelgazar a través de cuatro casos reales de personas que tenían sobrepeso, y muestra cómo las ayudó a conseguir su peso ideal.

100 consejos antiedad

Tareixa Enríquez - Jorge Nazra

ISBN: 9788497353823 **Págs:** 160
14,42 € | 15,00 € Derechos: **M**

Los 100 mejores consejos antiaging para frenar el envejecimiento y llevar un estilo de vida saludable. Este libro no sólo te ayuda a vivir más años, sino también a disfrutarlos con mejor calidad de vida.

El peso deseado en 11 pasos

Joan Majó

ISBN: 9788497354417 **Págs:** 160
9,62 € | 10,00 € Derechos: **M**

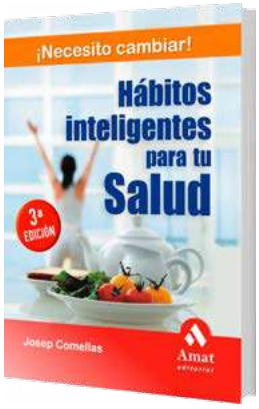
Un libro que cuenta la forma de perder peso cambiando de hábitos, como por ejemplo, cenar poco por la noche. ¡Así de sencillo! Perder peso de forma saludable, sin dietas, respetando nuestro ritmo de vida y sin pasar hambre.

La receta de la salud

Joan Majó

ISBN: 9788497357852 **Págs:** 144
12,45 € | 12,95 € Derechos: **M**

Tener buena salud es un proceso de cuidado diario, un conjunto de hábitos que te garantizan un bienestar duradero. El coach nutricional Joan Majó te muestra las claves para conseguirlo.

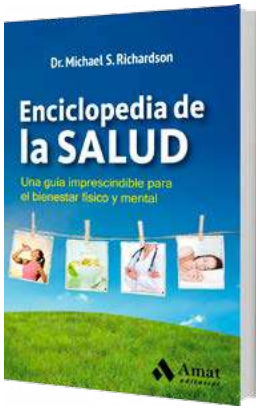


Hábitos inteligentes para tu salud

Josep Comellas

ISBN: 9788497352994 **Págs:** 152
14,37 € | 14,95 € Derechos: **M**

Nunca valoramos la salud hasta el momento en que nos falta. Lo más difícil para conseguir la salud es disfrutar de la tranquilidad necesaria para buscarla y, en este libro, se muestra el mapa del camino que hay que recorrer para estar bien.



Enciclopedia de la salud

Dr. Michael S. Richardson

ISBN: 9788497357791 **Págs:** 400
19,18 € | 19,95 € Derechos: **M**

Respuestas claras y exhaustivas a todas las preguntas que pueden plantearse sobre la salud. Conocer cómo funciona el cuerpo humano en estado de salud óptima y qué sucede cuando nos ponemos enfermos es fundamental para disfrutar de un bienestar físico y emocional.

NOVEDAD 2018

Una dieta para una vida sana

Dr. Lester Sauvage

ISBN: 9788497353793 **Págs:** 144
9,57 € | 9,95 € Derechos: **M**

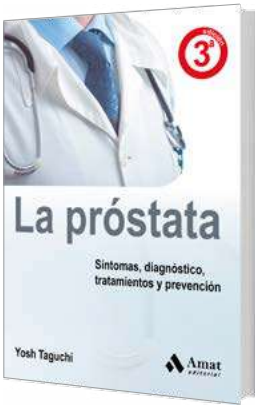
Si pone en práctica las reglas que propone el libro las posibilidades de vivir con un corazón sano y de disfrutar de una vida prolongada con aspecto juvenil desbordante de felicidad aumentarán de forma significativa.

Técnicas de respiración terapéutica

Jean-Marie Defossez

ISBN: 9788417208004 **Págs:** 176
14,28 € | 14,85 € Derechos: **M**

Este libro va dirigido a todo el mundo. Sea cual sea nuestro estado de salud, trabajar la respiración nos puede ayudar a mejorar nuestro bienestar y nuestra esperanza de vida.



La próstata

Yosh Taguchi

ISBN: 9788497350921 **Págs:** 224
17,16 € | 17,85 € Derechos: **M**

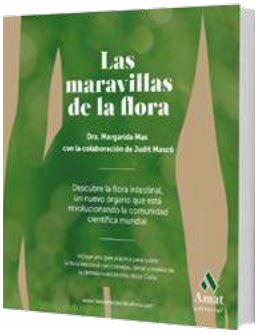
El eminente urólogo Yosh Taguchi aborda los problemas más comunes, tratamientos y preguntas más frecuentes sobre la próstata en un lenguaje claro y sencillo. Libro de lectura obligatoria para cualquier persona preocupada por su salud.

Prevenir las enfermedades del corazón

Lester R. Sauvage

ISBN: 9788497354004 **Págs:** 270
15,34 € | 15,95 € Derechos: **M**

Describe en un lenguaje accesible, todo lo que necesitas saber sobre tu corazón, los fundamentos de la cardiología moderna, la prevención y tratamiento de las enfermedades cardiovasculares.



Las maravillas de la flora

Dra. Margarida Mas - Judit Mascó

ISBN: 9788497357395 **Págs:** 228
14,38 € | 14,95 € Derechos: **M**

Este libro describe todo lo que hay que saber sobre nuestra flora intestinal: qué comer y qué dieta seguir para incorporar todos aquellos alimentos que más nos benefician para gozar de un organismo más fuerte y sano.

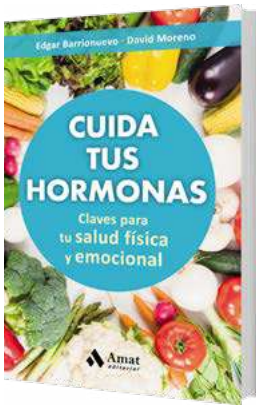
Cómo superar la ansiedad y la depresión

Dr. Joseph J. Luciani

ISBN: 9788497353755 **Págs:** 256
17,26 € | 17,95 € Derechos: **M**

Este libro te enseñará cómo modificar tu forma de pensar para vivir mejor. Utiliza el revolucionario concepto de la Autopreparación para combatir los pensamientos que conducen a la ansiedad y la depresión.

NOVEDAD 2018



Cuida tus hormonas

Edgar Barrionuevo - David Moreno

ISBN: 9788497359894 Págs: 224
16,30 € | 16,95 € Derechos: M

Los autores despejan todas las dudas sobre el tema hormonal en un libro repleto de consejos prácticos que nos ayudarán a conseguir una salud óptima y el bienestar físico y emocional.

El método France Guillain

France Guillain

ISBN: 9788497359641 Págs: 256
17,26 € | 17,95 € Derechos: M

Los dos grandes enemigos de nuestra salud son la "oxidación", que provoca un envejecimiento prematuro, y la "inflamación", que favorece las enfermedades degenerativas. Guillain explica cómo combatirlos: alimentándonos de forma inteligente y controlando la temperatura interna de nuestro cuerpo.

Cómo aplicar el Feng Shui

Martine Evraud - Sarah le Hardy

ISBN: 9788497354028 Págs: 184
14,37 € | 14,95 € Derechos: M

Una excelente introducción al arte del Feng Shui para aprender a aplicarlo en casa, en el jardín, en el trabajo y en el amor. Sus técnicas proporcionan el equilibrio necesario para alcanzar nuestras metas, tanto personales como profesionales.

Las claves del Feng Shui

Connie Spruill - Sylvia Watson

ISBN: 9788497353274 Págs: 206
14,37 € | 14,95 € Derechos: M

Un útil libro sobre Feng Shui, el arte de conocer y utilizar la interacción de una persona con su entorno, que demuestra que, con un mínimo esfuerzo, se puede lograr la armonía en el hogar, aumentar la buena suerte y atraer vibraciones positivas.

¡Quiero quedarme embarazada ya!

Marisa López-Teijón

ISBN: 9788497359320 Págs: 192
14,38 € | 14,96 € Derechos: M

Cada vez son más las mujeres que acuden a las clínicas de reproducción asistida, ya sean solas o en pareja. Este libro hace un repaso exhaustivo a todo lo que la mujer debe saber y puede hacer para quedarse embarazada.

La agenda para el embarazo

Marguerite Smolen

ISBN: 9788497357753 Págs: 322
21,11 € | 21,95 € Derechos: M

La Agenda para el embarazo está pensada para acompañarte en cada etapa de tu gestación ayudándote a recordar tus citas con el médico, las pruebas, los resultados y las emociones vividas en un momento tan importante de tu vida.

Calendarios y agenda 2018

Agenda Positiva 2018

ISBN: 9788497359795
Págs: 160
12,36 € | 14,95 €
Derechos: M

Calendario 2018 Cada día sale el sol

Página por día

ISBN: 9788497359818
Págs: 320
12,36 € | 14,95 €
Derechos: M

Calendario 2018 365 Frases de película

Página por día

ISBN: 9788497359825
Págs: 320
12,36 € | 14,95 €
Derechos: M

LONG SELLER

Mañana lo dejo

Pedro García Aguado

ISBN: 9788497353854 **Págs:** 176
9,57 € | 9,95 € Derechos: M

Trepidante relato en primera persona de la vida de Pedro García Aguado, un deportista de élite, que durante años compaginó su carrera de medallista olímpico con una fuerte adicción al alcohol y a las drogas.

PROGRAMA TV

Hermano mayor

Pedro García Aguado - Esther Legorgeu

ISBN: 9788497353588 **Págs:** 206
14,38 € | 14,95 € Derechos: M

Libro basado en el programa de coaching «Hermano Mayor». Ofrece pautas para lograr entender a los jóvenes y tratar así de ayudarles en su desarrollo. Con un lenguaje sencillo y ejemplos reales, ayuda a la comprensión entre padres e hijos.

Dejarlo es posible

Pedro García Aguado

ISBN: 9788497353496 **Págs:** 150
11,54 € | 12,00 € Derechos: M

Libro de enfoque terapéutico en el que Pedro García Aguado explica en primera persona el día a día de su rehabilitación en una clínica de desintoxicación con el fin de ayudar a otros a salir de la adicción a las drogas y el alcohol.

Bailando el hielo

Javier Fernández

ISBN: 9788497358880 **Págs:** 160
15,34 € | 15,95 € Derechos: M

La trepidante historia de la revelación del deporte español. El patinador Javier Fernández, campeón del mundo y campeón de Europa, explica su experiencia, los obstáculos que tuvo que superar para ser una referencia mundial del patinaje sobre hielo.

Diecisiete

Verónica Díaz

ISBN: 9788497358477 **Págs:** 144
13,41 € | 13,95 € Derechos: M

Tienes 17 años y un día te dicen: tienes cáncer. Primero no entiendes lo que esas palabras significan, luego empiezas a hacerte preguntas. Te desanimas, pero finalmente sabes que tienes que luchar. El relato vital y optimista de Verónica Diaz.

Rendirse no es una opción

Ramón Arroyo

ISBN: 9788497358415 **Págs:** 160
15,34 € | 15,95 € Derechos: M

La historia de superación de Ramón Arroyo, que ha inspirado la película *100 metros*, protagonizada por Dani Rovira. Cuando al autor le diagnosticaron esclerosis múltiple con 32 años, le dijeron que no podría caminar ni unos metros. Poco después, completaba un Ironman.

"El mundo hay que fabricárselo uno mismo, hay que crear peldaños que te suban, que te saquen del pozo. Hay que inventar la vida, porque acaba siendo verdad".

Ana María Matute

Prepara tu boda Vintage

María Tejel - Daniel Hernández

ISBN: 9788497358705 **Págs:** 128

14,28 € | 14,85 € Derechos: **M**

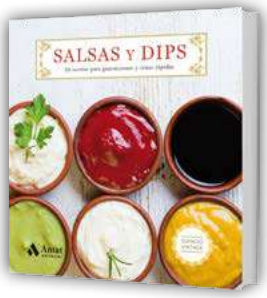
¿Deseáis una boda especialmente romántica? ¿Con aire nostálgico y llena de detalles que hablen de vosotros? En Prepara tu boda vintage hemos recopilado las mejores ideas y consejos de las ceremonias de antaño para que podáis aplicarlas a la vuestra.

Tartas y pasteles

ISBN: 9788497359160 **Págs:** 128

12,45 € | 12,95 € Derechos: **M**

En este libro encontrarás 50 recetas de repostería casera para preparar en tu cocina tartas y pasteles de forma fácil y con resultados espectaculares y de todos los sabores que puedas imaginar.

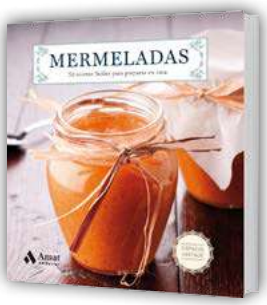


Salsas y dips

ISBN: 9788497358743 **Págs:** 128

12,45 € | 12,95 € Derechos: **M**

Nada enriquece más cualquier plato que una buena salsa. En este libro encontrarás 50 recetas de salsas, cremas y aliños para acompañar todos tus platos. Desde recetas más clásicas hasta otras más sugerentes.

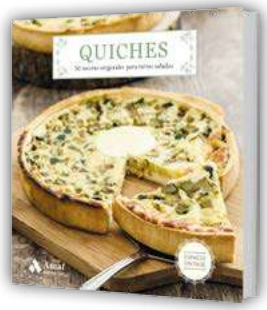


Mermeladas

ISBN: 9788497358729 **Págs:** 128

12,45 € | 12,95 € Derechos: **M**

En este libro encontrarás todo lo que necesitas saber para preparar deliciosas mermeladas artesanas con fruta fresca, para tomar en las clásicas tostadas del desayuno o para utilizar en un sinfín de platos dulces.



Quiches

ISBN: 9788497359740 **Págs:** 128

12,45 € | 12,95 € Derechos: **M**

50 recetas de quiches originales para disfrutar de cenas rápidas, deliciosas y nutritivas. Las quiches son una de las opciones más fáciles y rápidas para preparar cenas en familia o recibir invitados en casa.

Bocadillos y hamburguesas premium

ISBN: 9788497359955 **Págs:** 128

12,45 € | 12,95 € Derechos: **M**

Imprescindibles como cena rápida, los bocadillos y las hamburguesas se visten de gala con sus recetas más exclusivas. Llegan los sabores gourmet a los sencillos sándwiches y las ya no tan clásicas burguers.

Tiempo libre

Barcelona

Lugares inolvidables

ISBN: 9788497359566 **Págs:** 128

11,49 € | 11,95 € Derechos: **M**

LIBRO EN COLOR
Español · English

¿Sabes qué historia esconden las fachadas más emblemáticas de Barcelona? ¿Quieres descubrir cuáles son los rincones de la ciudad en los que perderse? Este libro te lleva de viaje por más de 50 lugares de Barcelona.

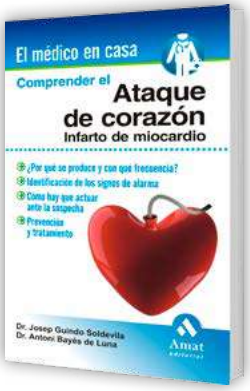
Barcelona, ciudad simbólica

Miquel de Moragas Spà

ISBN: 9788497359863 **Págs:** 336

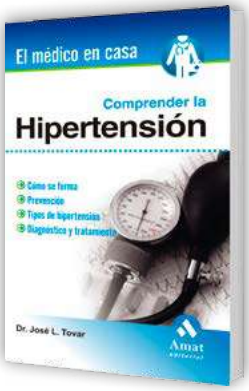
28,85 € | 30,00 € Derechos: **M**

Este libro analiza la comunicación y la interacción simbólica de las ciudades modernas. Presenta un recorrido por la evolución del modelo urbanístico de la ciudad y su imagen a través de los grandes acontecimientos (exposiciones, Juegos Olímpicos) que han permitido la construcción de su identidad y su proyección internacional.



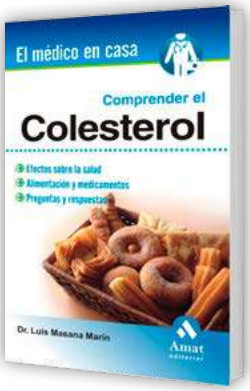
ISBN: 9788497353083

ISBN: 9788497353106



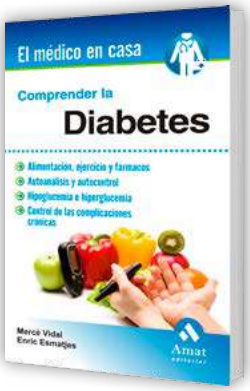
ISBN: 9788497353076

ISBN: 9788497357760

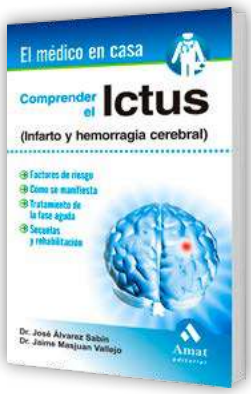


ISBN: 9788497352796

ISBN: 9788497357418



ISBN: 9788497357500



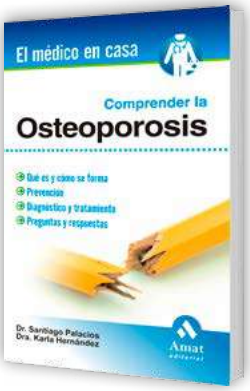
ISBN: 9788497357012

ISBN: 9788497353120

ISBN: 9788497353427

ISBN: 9788497353113

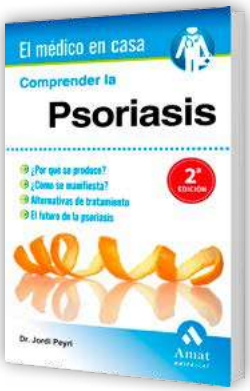
ISBN: 9788497353403



ISBN: 9788497352758

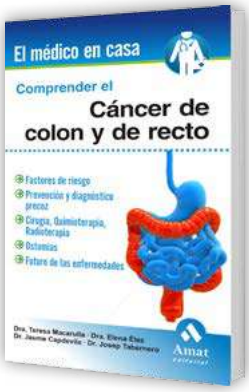
ISBN: 9788497356886

ISBN: 9788497352963



ISBN: 9788497353472

ISBN: 9788497352628

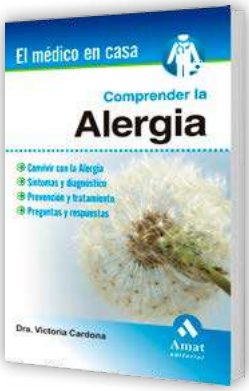


ISBN: 9788497353724

ISBN: 9788497353601

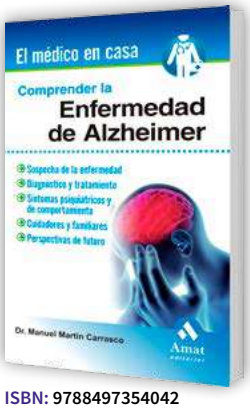
ISBN: 9788497356855

ISBN: 9788497358163



ISBN: 9788497352918

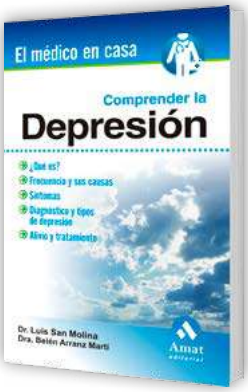
ISBN: 9788497353397



ISBN: 9788497354042

ISBN: 9788497352833

ISBN: 9788497358002



ISBN: 9788497353458

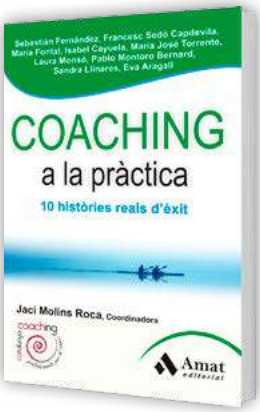
ISBN: 9788497357265

ISBN: 9788497353410

ISBN: 9788497353465

ISBN: 9788497356756

NOVETAT 2018



Coaching a la pràctica

Jaci Molins (Coord.) - S. Fernández, F. Sedó, M. Fontal, I. Cayuela, Mª J. Torrente, L. Monsó, P. Montoro, S. Linares, E. Aragall

ISBN: 9788497356954 **Pàg:** 224
16,20 € | 16,85 € Drets: **M**

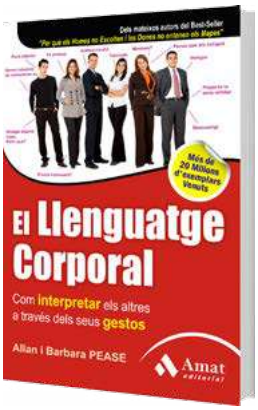
Descobreix tot el que passa durant sessions reals de coaching. Deu professionals ens permeten veure i viure des de dins aquesta pràctica presentant-nos casos reals i solucions comprovades.

Posa llum a la teva vida

Joana Frigolé

ISBN: 9788417208028 **Pàg:** 320
17,26 € | 17,95 € Drets: **M**

Un llibre escrit de forma senzilla i entenedora que t'endinsarà en les profunditats del procés que viu una persona quan decideix deixar-se acompanyar per un coaching.



El llenguatge corporal

Allan Pease - Barbara Pease

ISBN: 9788497355803 **Pàg:** 368
19,13 € | 19,90 € Drets: **M**

Aprèn a interpretar el llenguatge corporal del altres a través dels seus gestos, de la mà del nº 1 del món en llenguatge corporal. El llibre examina de forma senzilla tots els components del llenguatge i els gestos del cos.

Per què els homes enganyen i les dones ploren

Allan Pease - Barbara Pease

ISBN: 9788497350778 **Pàg:** 316
17,16 € | 17,85 € Drets: **M**

Comprendre el sexe oposat és clau per resoldre conflictes en les relacions de parella. Amb l'humor que caracteritza als autors, trobarem els punts forts i febles de cada sexe per gaudir d'una vida més íntima i plena.

Per què els homes no escolten i les dones no entenen els mapes

Allan Pease - Barbara Pease

ISBN: 9788497350884 **Pàg:** 296
17,26 € | 17,95 € Drets: **M**

Els homes i les dones son diferents. Això, però, no significa que uns siguin millor que els altres, sinó que, senzillament, són diferents. Bestseller internacional que tracta les diferències existencials entre sexes de manera desenfadada i divertida.

Intel·ligència creativa

Franc Ponti - Lucía Langa

ISBN: 9788497355001 **Pàg:** 210
17,12 € | 17,80 € Drets: **M**

Molta gent es considera intel·ligent, però poques persones es consideren creatives. Per què? Aquest llibre descobreix la relació entre intel·ligència i creativitat i proposa més de 70 exercicis per desenvolupar la creativitat i poder reinventar-nos diàriament.

Tot allò que sempre ha volgut saber sobre homes i dones

Allan Pease - Barbara Pease

ISBN: 9788497353953 **Pàg:** 270
19,18 € | 19,95 € Drets: **M**

Respon amb un punt d'humor moltes de les preguntes que ens sorgeixen sobre el sexe oposat i les diferències entre homes i dones en tota la seva diversitat per gaudir d'una millor relació i convivència amb la parella.

Per què els homes volen sexe i les dones necessiten amor

Allan Pease - Barbara Pease

ISBN: 9788497353243 **Pàg:** 302
14,37 € | 14,95 € Drets: **M**

Després d'una investigació molt exhaustiva, Allan i Barbara Pease ens descobreixen per què els homes volen sexe i les dones necessiten amor. Aquest llibre va dirigit a tots aquells que vulguin gaudir al màxim les seves relacions.

Cuina sana en 10 minuts

Isma Prados

ISBN: 9788497358101 Pàg: 112
9,57 € | 9,95 € Drets: M

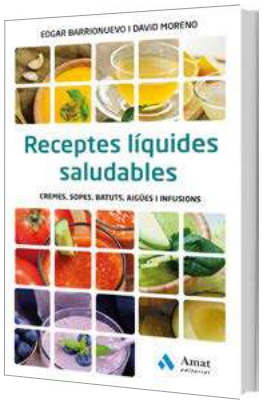
Aquest llibre és molt més que un recull de receptes saludables. Isma Prados explica quines són les famílies dels aliments, ensenya a seleccionar i combinar els millors ingredients, suggereix com estalviar temps a la cuina i dóna idees per elaborar un menú variat en passos senzills i assequibles.

De la cuina a la taula en 10 minuts

Lékué - Fundación Alícia

ISBN: 9788497356701 Pàg: 96
9,57 € | 9,95 € Drets: M

Fàcils i ràpides receptes il·lustrades i explicades pas a pas, per cuinar amb el microones i en només 10 minuts. Innovaràs en el teu menú diari i millorarás les teves habilitats de cuinera, sense renunciar a elaborar plats gustosos i sans.



Receptes líquides saludables

edgar Barrionuevo - David Moreno

ISBN: 9788497358828 Pàg: 160
14,38 € | 14,96 € Drets: M

Després del boom deils sucs verds, cal anar més enllá. Aquest libre ofereix receptes de sopes, cremes, batuts, infusions i liquats per combinar-los i millorar així la nostra salut i benestar.

Cuina sana amb el mètode del Plat

Fundació Alícia

ISBN: 9788497358866 Pàg: 112
11,49 € | 11,95 € Drets: M

Per mantenir una dieta sana i equilibrada cal ser conscients dels aliments que consumim. En aquestes receptes veurás els aliments en cru (segons les necessitats de cada persona) i el plat cuinat.

Les tapes de tota una vida

Delfina Palacín - Pròleg: Maria Barbal

ISBN: 9788497359405 Pàg: 80
14,38 € | 14,95 € Drets: M
Cartoné

La Fina del bar La Creu de Tremp deixa els fogons per agafar paper i llapis i explicar-nos cadascuna de la trentena de tapes que servien al bar, i amorosides amb les il·lustracions del seu fill, l'Artur. Totes elles, com ella diu, fruit d'un aprenentatge, de temps, de mesura i de sentit comú.

Dietox

Virginie Rogé - Nekane Ullán

ISBN: 9788497358453 Pàg: 160
14,38 € | 14,95 € Drets: M

Un pla fácil, divertit, cómode i saludable que ha ajudat ja a milers de persones a tot el món a compensar els excessos del cap de setmana, iniciar un estil de vida saludable, posar-nos a punt abans d'un esdeveniment o les vacances i perdre pes.

Calendaris i agenda 2018

Calendari 2018 Cada dia surt el sol

Pàgina per dia

ISBN: 9788497359832
Pàg: 320
12,36 € | 14,95 €
Drets: M

Agenda Positiva 2018

ISBN: 9788497359801
Pàg: 160
12,36 € | 14,95 €
Drets: M

Escola de pares de nens de 0 a 6 anys

Óscar González

ISBN: 9788497359528 **Pàg:** 208
14,38 € | 14,96 € Drets: **M**

Consells per afrontar l'educació del fills fins els 6 anys, tractant aspectes com les joguines més recomanades, les activitats entre pares i fills, l'efecte d'un crit o d'un càstig o l'inici de l'escola.

Escola de pares de nens de 6 a 12 anys

Óscar González

ISBN: 9788497359542 **Pàg:** 160
14,38 € | 14,96 € Drets: **M**

Óscar González dóna consells per educar als fills entre 6 i 12 anys, tractant temes com la disciplina, l'efecte dels càstigs, l'assetjament escolar, les conseqüències de l'excés de deures, la motivació i les noves tecnologies, entre d'altres.

Escola de pares d'adolescents

Óscar González

ISBN: 9788497358781 **Pàg:** 160
14,38 € | 14,96 € Drets: **M**

Aquest !libre ofereix un full de ruta als pares per educar als seus fills adolescents, tractant temes com la relació amb ells, l'educació, les normes, els riscos d'aquesta edat, les noves tecnologies i altres aspectes.

Omplir-se de saviesa

Assumpció Salat

ISBN: 9788497359481 **Pàg:** 176
14,28 € | 14,85 € Drets: **M**

Aquest llibre convida a reflexionar sobre la nostra manera d'interpretar la vida amb els seus successos i relacions, i a pensar de manera diferent, el que significa deixar de ser persones que jutgen per passar a ser persones que comprenen.

Tens una idea però encara no ho saps

Pau Garcia-Milà

ISBN: 9788497354202 **Pàg:** 144
11,44 € | 11,90 € Drets: **M**

Un llibre amè i útil sobre com tenir idees brillants, amb l'objectiu de motivar tothom a potenciar la seva creativitat i a treure-li el màxim profit. En aquest llibre s'expliquen les diferents maneres d'identificar i potenciar la obtenció de noves idees.

Ets un gran comunicador

Pau Garcia-Milà

ISBN: 9788497357692 **Pàg:**144
11,44 € | 11,90 € Drets: **M**

Comunicar bé és del més important en el desenvolupament personal de qualsevol persona. Aquest llibre aporta estratègies per elaborar i pronunciar discursos, presentacions i exposicions de forma eficaç i persuasiva.

Tu mateix!

Jaume Soler - M. Mercè Conangla

ISBN: 9788497358040 **Pàg:** 224
14,28 € | 14,85 € Drets: **M**

Relats, anècdotes i històries per a persones que volen viure allò que són, que estan disposades a treballar en elles mateixes i que han après que abans d'admirar l'arc de sant Martí, han d'estar disposades a suportar la pluja.

Per anar a dormir

Josep Maria Galí

ISBN: 9788497358767 **Pàg:** 160
14,28 € | 14,85 € Drets: **M**

Aquest llibre conjuga la preocupació i sensibilitat pel paisatge, per la societat, i per la seva economia amb la necessitat de repensar la bona governança. El lector hi trobarà una aproximació a la sostenibilitat a través de la història de casos d'urbanisme ruïnós a la Costa Brava.

¡Al horno! 11
¡Conecta! 8
¡Quiero quedarme embarazada ya! 23
¡Tú mismo! 7
100 consejos antiedad 21
100 hábitos de la gente exitosa 3
101 cosas que ya sabes, pero siempre olvidas 6
20 valores que puede transmitir a sus hijos 9
21 secretos para mejorar sus finanzas 7
25 errores que cometen los padres 10
365 propuestas para educar 10
50 clásicos de la autoayuda 16
50 clásicos espirituales 16
50 libros clave para vivir mejor 16
50 Pensamientos poderosos 3
A
ABC de la astrología 17
Abraza tus emociones 20
Agenda Positiva 2018 23
Agenda Positiva 2018 (cat) 29
Agenda Runner 2018 14
Alimentación para deportistas 14
Alimentación saludable para niños geniales 9
Ámame para que me pueda ir 18
Análisis transaccional 19
Aplícate el cuento 18
Aprenda a meditar 17
Aprenda a relajarse 4
Ayurveda 17
B
Bailando el hielo 24
Barcelona 25
Barcelona, ciudad simbólica 25
Bocadillos y hamburguesas premium 25
Búscate la vida 7
C
Calendari 2018 Cada dia surt el sol 29
Calendario 2018 365 Frases de película 23
Calendario 2018 Cada día sale 23
Coaching a la pràctica 28
Coaching y peso ideal 21
Cocina Ayurvédica 11
Cocina sana con el método del plato 11
Cocina sana en 10 minutos 11
Cocina sana sin gluten, sin lácteos, sin azucar 11
Cómo aplicar el Feng Shui 23
Cómo educar a sus hijos con el ejemplo 9
Cómo organizarte bien 5
Cómo potenciar la inteligencia del bebé 10
Cómo potenciar la memoria 4
Cómo superar la ansiedad y la depresión 22
Cómo superar la timidez y el miedo a hablar en público ... 16
Consejos diarios para correr mejor 15
Corazón que siente, ojos que ven 18
Crecer jugando paso a paso 9
Crisis emocionales 18
Cuida tus hormonas 23
Cuina sana amb el mètode del Plat 29
Cuina sana en 10 minuts 29
D
De la cocina a la mesa en 10 minutos 11
De la cuina a la taula en 10 minuts 29
Dejarlo es posible 24
Diario de entrenamiento para 10K 15
Diecisiete 24
Dietox (cat) 29
Dietox 13
Digestión óptima 20
Disfrutar de la vida trabajando poco y a tu manera 5
E
Ecología emocional 18
Ecología emocional para el nuevo milenio 18
EFT 19
El arte de la seducción 9
El arte de negociar y persuadir 3
El arte de vivir 3
El cerebro de Siddhartha 16
El enfoque tibetano del pensamiento positivo 17
El éxito es un viaje 4
El gran libro de la nutrición 12
El gran libro del Maratón y el medio Maratón 15
El lenguaje de la seducción 9
El lenguaje del cuerpo 8
El libro de la reflexología 17
El libro de los estiramientos 15
El libro de oro de Séneca 5
El llenguatge corporal 28
El método France Guillain 23
El nido de la felicidad 10
El niño incomprendido 9
El pequeño libro del Hygge 3
El peso deseado en 11 pasos 21
El reto de ser feliz 6
En busca de la felicidad 21
Enciclopedia de la salud 22
Eres un gran comunicador 6
Escola de pares d'adolescents 30
Escola de pares de nens de 0 a 6 anys 30
Escola de pares de nens de 6 a 12 anys 30
Escucha tu cuerpo, sana tu vida 16
Escuela de padres de adolescentes 10
Escuela de padres de niños de 0 a 6 años 10
Escuela de padres de niños de 6 a 12 años 10
Ets un gran comunicador 30
Evitando el autosabotaje 6
G
Grandes soluciones para problemas que nos complican la vida 3
Grasas buenas 13
H
Hábitos inteligentes para tu salud 22
Haga frente a la ansiedad 17
Happy foods 12
Happy Hormonas Cookbook 13
Hermano mayor 24
HIIT 15
I
Incremente su poder mental 6
Inteligencia creativa 6
Intel·ligència creativa 28
Interpretación de los sueños 17
J
Juntos pero no atados 18
Juntos pero no revueltos 18
K
Kale 13
L
La adolescencia 10
La agenda para el embarazo 23
La alimentación que cuida tu memoria 14
La alimentación que te fortalece durante la quimio 14
La dieta contra el cáncer 14
La dieta Smart 12
La fibromialgia 21
La llave maestra de la felicidad 5
La mente del runner 15
La próstata 22
La receta de la salud 21
La técnica Alexander 21
La vida láctea 11
Las 365 reflexiones de lo realmente importante en nuestra vida 5
Las claves del comportamiento humano 4
Las claves del Feng Shui 23
Las investigaciones que han merecido un Premio Nobel 19
Las maravillas de la flora 22
Les tapes de tota una vida 29
Llenarse de sabiduría 4
Lo que los ricos saben y nunca explican a nadie 5
Los 170 alimentos que cuidan de ti 12
Los 9 secretos de la intuición 20
Los alimentos. Medicina Milagrosa 14
Los beneficios de la homeopatía 20
Los beneficios del ayuno 20
Los niños no son de Marte (aunque algunos lo parezcan) 9
Los principios de la PNL 20
Los ritmos del cuerpo 19
M
Mañana lo dejo 24
Más claro que el agua 13
Mejora tu equilibrio interior 20
Mermeladas 25
Mi agenda saludable 6
Miedo a tener miedo 19
Minimalismo 7
Mix it 11
N
Naturalmente sexy 13
Negocie, disfrute y gane 5
O
Objetivo: vientre plano 21
Omplir-se de saviesa 30
P
Paleo Dieta para deportistas 14
Pensar como Einstein 3
Per anar a dormir 30
Per què els homes enganyen i les dones ploren 28
Per què els homes no escolten i les dones no entenen els mapes 28
Per què els homes volen sexe i les dones necessiten amor 28
Pistachos 12
PNL e Inteligencia emocional 8
Por qué los hombres quieren sexo y las mujeres necesitan amor 8
Por que los hombres mienten y las mujeres lloran 8
Por qué los hombres no escuchan y las mujeres no entienden los mapas 8
Posa llum a la teva vida 28
Prepara tu boda Vintage 25
Preparar un triatlón en 4 horas por semana 15
Prevenir las enfermedades del corazón 22
Programación Neurolingüística (PNL) 8
Protagoniza tu vida 3
Psicodrama 19
Q
Que acaben comprando los que solo están mirando 7
Quiches 25
Quiromancia. El arte de leer las manos 17
R
Receptes líquides saludables 29
Recetas líquidas saludables 13
Reinvéntate 4
Remedios con aromas 20
Rendirse no es una opción 24
S
Saber y atreverse a decir no 4
Salsas y dips 25
Sin azúcar 12
Sirt Food 13
Supera tus bloqueos 19
T
Tapas españolas tradicionales 12
Tartas y pasteles 25
Técnicas de lectura rápida 7
Técnicas de respiración terapéutica 22
Tens una idea però encara no ho saps 30
Terapia Gestalt 19
Tienes una idea 6
Todo lo que siempre quiso saber sobre hombres y mujeres 8
Tot allò que sempre ha volgut saber sobre homes i dones 28
Trail Running 15
Tu cerebro creativo 5
Tu mateix! 30
U
Una dieta para una vida sana 22
V
Vender poderosamente 7
Vinos dulces del mundo y cuatro quesos azules 12
Vive tu momento 4
Volar sin miedo 16
Voy a venderlo todo 7
Y
YogaFit para deportistas 14

A
Acosta, José Mª 8
Acredolo, Linda 10
Álvarez Camacho, Jorge 3
Álvarez, Marcos 7
Antony, Dr. Martin M. 16
Aragall, E. 28
Arias, Anna 21
Arranz, Laura 21
Arranz, Laura L. 13
Arroyo, Ramón 24
Artigas, Josep 9

B
Barrionuevo, Edgar.... 13, 14, 20, 23, 29
Bavister, Steve 8
Becerril-Maillefert, Carolina... 19
Blahnik, Jay 15
Bonamusa, Marc..... 21
Bourne, Edmund 17
Brown, Duane 16
Brown, Jeff..... 15
Bruttomesso, Gianluca 14
Buisán, N. 9
Butler-Bowdon, Tom 16

C
Cardon, Alain 19
Carlas, Dra. Magda 13
Carlas, Magda 12
Carmona, C. 9
Carper, Jean 14
Carson, Shelley..... 5
Carter, Philip..... 6
Castellví de Simón, Sara 12
Cayuela, I. 28
Chance, Jeremy..... 21
Collado, Antonio..... 21
Colomina, Belén 10
Comellas, Josep 22
Conangla, M. Mercè 18, 30
Cumberland, Nigel 3

D
Defossez, Jean-Marie 12, 22
Devanand, D. P. 4
Díaz, Verónica 24
Dispenza, Joseph 14

E
Ellice-Flint, Emma 13
Enríquez, Tareixa 21
Eugene Walker, C. 4
Evraud, Martine 23

F
Famery, Sarah 4
Fernández, Javier..... 24
Fernández, S. 28
Fontal, M. 28
Frigolé, Joana 28
Fundación Alícia 11, 29

G
Gabison, Yaël 3
Galí, Josep Maria 30
Gallagher, Sandra 3
Garano, Lorna 17
García Aguado, Pedro 10, 24
García Closas, Dra. Reina 12
García de Miguel, Ibón 13
Garcia-Milà, Pau 6, 30
García, Dr. Gaspar..... 6
García, José Manuel 5
García, K. 9
Gellman, Charles 19
Gómez, Emili..... 21
Gómez, Janet..... 11
González, Óscar 10, 30
Goodwyn, Susan 10
Guillain, France 23
Guzmán, Juan Pablo 10

H
Hansard, Christopher 17
Hardy, Sarah Le 23
Harr, Eric 15
Harrison, Eric 17
Harrold, Fiona 4
Herbert, Mike 14
Hernández, Daniel..... 25
Herrero, Griselda 9
Hicks, Meghan M. 15
Higy-Lang, Chantal 19
Holford, Patrick 20

J
Jaksa, Peter 10
Jaubert, Élodie-Joy 7
Jiménez, Carlos 15
Jordi, Laura 10

K
Kets de Vries, Manfred 5
Keyte, Jill 13
Kingsland, James 16
Konstant, Tina 7

L
Laheurte, Marielle 19
Langa, Lucía 6
Langa, Lucía 28
Lapeña, Silvia C. 17
Legorgeu, Esther..... 24
Lékué..... 11, 29
Lenhardt, Vincent..... 19
Linares, S. 28
López-Teijón, Marisa 23
Loyola Barberis, Tomás..... 11
Luciani, Dr. Joseph J. 22

M
Maggio, Rosalie 5
Majó, Joan 21
Martori, Xavier 20
Marx, Christophe 19
Mas, Dra. Margarida 22
Mascó, Judit..... 22
Mayer, Jeffrey J. 4
McDermott, Ian..... 20
Miekzareck, Vanesa 20
Molins Roca, Dra. Jaci 21
Molins, Jaci 28
Moltó, Cris 5
Monsó, L. 28
Montoro, P. 28
Moreno, David 13, 20, 23, 29

N
Nazra, Jorge 21
Nicolas, Pierre 19
Nieto Martínez, Carla 12
Nievas, Bruno 9
Noguer, S. 9

O
O'Connor, Joseph..... 3, 20
Opi, Juan Manuel 4, 6

P
Palacín, Delfina..... 12, 29
Pease, Allan 3, 8, 28
Pease, Barbara 8, 28
Peña, Cristina 10
Pérez González, Rosalía 20
Piqueras, César 6
Ponti, Franc..... 6, 28
Powell, Bryon 15
Prados, Isma 11, 29
Prager, Dennis 21
Prepon, Laura 13
Proctor, Bob..... 3

R
Raichur, Pratima..... 17
Razzoli, Daniele 14
Reid, Lori 17
Richardson, Dr. Michael S. 22
Rigau, E. 9
Rivero, Rocío..... 9
Robinson, Patricia J. 4
Rogé, Virginie..... 13, 29
Roino, Eduardo..... 16
Rusell, Ken 6

S
Salat, Assumpció..... 4, 30
Salom, Laura 21
San Molina, Anna 19
Sánchez, Daniel 15
Sans, Oriol 11
Sauvage, Dr. Lester..... 22
Sauvage, Lester R. 22
Schwob, Marc 19
Sedó, F. 28
Sembely, Alain..... 20
Severe, Sal 9
Sharp, Damian 17
Shaw, Beth 14
Sheen, Florence..... 20
Sher, Brian 5
Smolen, Marguerite..... 23
Solé, Emilia 21
Soler, Jaume..... 18, 30
Sotelo, Elisa 10
Spruill, Connie 23
Strosahl, Kirk D. 4
Suhr, Lena 11

T
Taguchi, Yosh 22
Tejel, María 25
Thorpe, Scott 3
Torrente, Mª J. 28
Torres, Xavier 21
Tracy, Brian 7
Troy, Elizabeth 13
Tundider, Alberto..... 10
Turchet, Philippe 9

U
Ullán, Nekane 13, 29
Unell ,Barbara C. 9

V
Valdés, Andrea 3
Valls, Antonio 5
Vergés, Marc..... 13, 14
Vickers, Amanda 8
Voner, Valerie 17

W
Wang Diggs, Karen 12
Watson, Sylvia 23
Webber, Joel..... 12
World, Runner's 15
Wyckoff, Jerry L. 9

Z
Zelinski, Ernie J. 5, 6
Zimmerman, Mike 12
Zucker, Judi 14
Zucker, Shari 14

Nuestros **distribuidores**

España y Andorra

CATALUNYA Y ANDORRA
BEN VIL
Calle Joan XXIII, 27. Polígono Industrial Montesa
08950 Esplugues de Llobregat, Barcelona
tel. 93 470 54 00
benvil@benvil.com - www.benvil.com

MADRID Y CASTILLA-LA MANCHA
GRUPO MACHADO
Calle Labradores, 5 Parque Empresarial Prado del Espino
28660 Boadilla del Monte, Madrid
tel. 91 632 61 10
machadolibros@machadolibros.com
www.machadolibros.com

ALICANTE, ALBACETE Y MURCIA
MARTÍN FIERRO LIBROS, S.L.
Pol. Ind. Las Atalayas, Parc. 113. 03114 Alicante
tel. 96 528 98 02
info@martinfierrolibros.com
www.martinfierrolibros.com

ANDALUCÍA Y EXTREMADURA
CAL MÁLAGA / LIBROSUR
Calle Bodegueros, 43 - Nave, 3. 29006 Málaga
tel. 952 25 10 04
calmalaga@calmalaga.es - www.calmalaga.es

ARAGÓN
HECHOS Y DICHOS
Calle Río Aragón, 27-29, Pl. El Polígono
50410 Cuarte de Huerva (Zaragoza)
tel. 976 46 34 38
almacen@hechosydichos.com
www.hechosydichos.com

ASTURIAS, CANTABRIA, GALICIA, LA RIOJA, CASTILLA Y LEÓN, NAVARRA Y EUSKADI
ASTURLIBROS & NOROESTE
Calle Peña Salón, 93. 33192 Llanera, Asturias
tel. 985 98 07 40
pedidos@asturlibros.es - www.asturlibros.es

BALEARES
DISTRIBUIDORA ROTGER
Camí vell de Bunyola, 35. 07009 Palma de Mallorca
tel. 34 971 43 77 00
info@rotger.com - www.rotger.com

CANARIAS
REDBOOK SPAIN
Calle Canal Izquierda, 29. 35118 P.I. Arinaga-Agüimes, Las Palmas
tel. 928 50 39 58 - 928 50 39 57
comunicaciones@redbookspain.com
www.redbookspain.com

CASTELLÓN Y VALENCIA
EXCLUSIVAS GRAONS
Pared Decantada, 20
46909 Torrent, Valencia
tel. 961 58 82 99
info@graons.com - www.graons.com

América Latina y Estados Unidos

ARGENTINA
EDICIONES GRANICA
Lavalle 1634 3º G C1048AAN,
Buenos Aires
tel. 54 11 4374 1456
Fax. 54 11 4373 0669
granica.ar@granicaeditor.com
www.granicaeditor.com

CHILE
EDAF CHILE
Coyancura 2270 Of. 914
Providencia, Santiago, Chile
tel. 56 22335 7511
comercialedafchile@edafchile.cl

COLOMBIA
EDICIONES GAVIOTA
Cra 62 nº 98 B - 13.Bogotá D.C.
tel. 57 13 6136650
gerencia@ediciones-gaviota.com
ventas@ediciones-gaviota.com

COSTA RICA, HONDURAS y NICARAGUA
DESARROLLOS CULTURALES COSTARRICENSES
Del restaurante El Fogoncito 100 Oeste
y 25 Sur sobre boulevard Rohrmoser
San José, Costa Rica
tel. 506 22203015
emarin@dcc.cr **www.dcc.cr**

ECUADOR
MR. BOOKS
Av. Eloy Alfaro s/n y Avigiras. Quito
tel. 593 032811066 – 593 022811070
mrbooks@mrbooks.com

TECNILIBRO
Av. Perez Guerrero OE21-11
y Versalles, Quito
tel. 593 2 2551081 / 2546222
C: 593 0996116332
info@tecnilibro.com

ESTADOS UNIDOS
LECTORUM PUBLICATIONS
205 Chubb Avenue, Lyndhurst, NJ 07071
tel. 201 559 2217
lbejarano@lectorum.com

CHULAINN PUBLISHING
7436 Indian Wells Way
Lone Tree, CO 80124-4211
tel. 303 790 4112
e.farro@chulainnlibros.com

EL SALVADOR
LA CEIBA
Calle Las Rosas, 36 Col.La Sultana,
Antiguo Cuscatlan.
La Libertad, El Salvador
tel. 503 2243 5581 / 91
dorys@libroslaceiba.com

GUATEMALA
VISHNU
12 Calle 4-08, Zona 14
Ciudad de Guatemala
tel. 502 23636271
luis@vishnu-guatemala.com

MÉXICO
EDITORIAL PAIDOTRIBO MÉXICO
Lago Viedma nº 81. Colonia Argentina
11270 México DF
tel. 525 555239670 – 525 55432896
lorena@paidotribo.com

PARAGUAY
EDICIONES TÉCNICAS PARAGUAYAS
CASA CENTRAL: Blas Garay 106 e/ Ind.
Nacional C.C. 1476, Asunción
tel. 595 21390396 – 595 21496778
ventas@etp.com.py

EL LECTOR
San Martín c/ Austria Nacional
Asunción
tel. 595 21614258 – 595 21614259
comercial@ellector.com.py

PERÚ
IBERO LIBRERIAS
Av. Mariscal Oscar R. Benavides 550,
Oficina 30, Lima
tel. 511 446 5935 anexo 127
jzavala@ibero.com.pe
www.iberolibrerias.com

LIBUN
Av. Petit Thouars nº 4799. Lima
tel. 446 5048 Anexo 23
chuaroto@libun.edu.pe

PUERTO RICO
MS BOOKS
138 Winston Churchill Ave.
PMB 561 San Juan, P.R. 00926.
tel. 787 3442964
maritzabooks@gmail.com
renebooks@gmail.com

REPÚBLICA DOMINICANA
CENTRO CUESTA NACIONAL
Ave. Luperón Esq. Gustavo A. Mejía Ricart
Santo Domingo
tel. 809 5375017
GSandoval@ccn.net.do

URUGUAY
EDICIONES GRANICA
Yaro 1119 Montevideo, Uruguay
tel. 59 82 4136 195 Fax. 59 82 4133 042
granica.uy@granicaeditor.com

VENEZUELA
TECNI-CIENCIA LIBROS
C.C.C. Tamanaco. Nivel C2, 2da. Caracas
tel. 0212 9595547
tclibros@hotmail.com

Amat editorial

Conceptos clave para saber más

Desde Amat Editorial queremos tratar y abordar con rigor temas que harán que tu vida sea cada día mejor.

Alergia · Alzheimer · Anorexia · Ansiedad · Astrología · Autosabotaje
Ayurveda · Cáncer · Coaching · Colesterol · Cronobiología · Depresión
Dieta · Dislexia · Educación · Embarazo · Estiramientos · Estrés · Felicidad
Feng Shui · Fibromialgia · Finanzas personales · Gestalt · Hábitos
Hipertensión · Hygge · Insomnio · Lactosa · Lenguaje del cuerpo · Maratón
Meditación · Menopausia · Miedo · Migraña · Minimalismo · Nutrición
Osteoporosis · PNL · Próstata · Quiromancia · Reflexología · Running
Salud · Sexualidad · Sueños · Superación · TDAH · Yoga...

¡Gracias por leernos!

info@profiteditorial.com
Twitter: @amateditorial
Facebook: Editorial Amat

www.amateditorial.com