

Novedad de la Editorial Zasbook: 'Las reglas del juego. Claves para vivir sin estrés'

La conferenciante Paz Espinás Vijande publica el libro 'Las reglas del juego. Claves para vivir sin estrés'

Las reglas del juego es un manual de instrucciones para aprender a vivir sin agobiarse, sacando partido a los retos que se presentan. Ayuda a comprender la razón por la que suceden las cosas. Con este libro los lectores descubrirán que todo tiene sentido, ya que esta obra ayuda a ver las situaciones con perspectiva y valorarlas en su conjunto.

El autor utiliza el sentido del humor y ejemplos cotidianos para demostrar que la vida no es tan complicada como la mayoría cree. En realidad la vida es un juego, con un reglamento muy básico y conociendo su funcionamiento se puede conseguir salir con éxito de cualquier problema.

Con la experiencia del autor y todos los consejos básicos que propone esta obra, el lector podrá alcanzar sus metas. Las reglas del juego es el auténtico libro de bolsillo, por lo que los lectores deberán llevarlo siempre encima.

Paz Espinás Vijande nació en Barcelona en 1962. Sin más estudios que los que fue encontrando por la vida, fundó su primera empresa en 2007, dedicada al interiorismo y la decoración de espacios. Aficionada a la pintura y al deporte. Para curarse de una grave enfermedad estudió terapias alternativas a la medicina tradicional.

En la actualidad escribe y da conferencias para compartir su experiencia y dar testimonio de que no hay más límites que los que la mente fija. "Si la vida es corta, ensánchala".

Las reglas del juego está publicado con la Editorial Zasbook. Fundada en 2012 por un equipo de empresarios vinculados con la cultura, las nuevas tecnologías y las artes gráficas. Zasbook nace como una editorial independiente centrada en autores noveles, y autores no consolidados. La editorial se declara comprometida en descubrir nuevos talentos y en publicar los libros de los autores con más potencial de España.

Datos de contacto:

Josué
911 90 39 68

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional](#) [Educación](#) [Literatura](#) [Sociedad](#)