



Vive bien

Sandra Cáceres

Encuentra un equilibrio sano y coherente entre tu cuerpo, tu mente y tu alma.

Encuentra un equilibrio sano y coherente entre tu cuerpo, tu mente y tu alma.

Empieza a ver la comida como una herramienta, como una amiga que te va a ayudar a que alcances el bienestar cada día. Basta de pensar que comiendo bien vas a vivir cien años y que, si comes mal, te va a dar algo ahorita. ¿Cuánta gente conoces que come bien y que se ha enfermado, o cuánta gente que come pésimo y que sigue viva? Absolutamente nadie sabe qué es lo que va a pasar al minuto siguiente.

¡Te invito a conocer una nueva forma de potenciar tus comidas de una manera simple y nutritiva para que tengas mas energía todos los días!

Fecha de publicación:

03/07/2024

Sello Editorial:

Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Gabriela Mogollón

Teléfono: +51 991 867 325

Email: gjmogollon@eplaneta.com.pe



Sandra Cáceres

¡Hola! Mi nombre es Sandra Cáceres, soy abogada de profesión, pero la vida se encargó de llevarme por un camino distinto. Hoy en día soy coach de vida, coach de bienestar integral y facilitadora PSYCH-K®. La numerología y la logoterapia son otras disciplinas que utilizo para mejorar la calidad de vida de quienes desean optimizar su realidad. También soy discípula de la maravillosa Escuela de Magia del Amor-Despertar de la Consciencia, de Chile, la cual está dirigida a personas que desean dejar de sufrir.

Me considero una curiosa insaciable de la conducta humana, sobre todo de las creencias que se encuentran detrás de determinados comportamientos.