

LOS 10 PODERES PARA DISEÑAR TU VIDA



Sergio Fernández, divulgador de referencia y fundador de IPP Formación para la vida real, propone un cambio de mirada sobre cómo tomar las riendas de nuestra propia vida.

Un plan de acción en el que ofrece las herramientas necesarias para abandonar las excusas que nos acompañan desde hace décadas y comenzar a diseñar de forma coherente nuestras vidas.

ENTREVISTAS CON EL AUTOR EL MIÉRCOLES 21 DE ENERO EN MADRID

Una vida plena solo es posible cuando la salud, el dinero y las relaciones avanzan en equilibrio

La vida no se sostiene si una sola de sus áreas esenciales falla. La plenitud —sostiene Sergio Fernández— solo es posible cuando la salud, el dinero y las relaciones avanzan de forma coherente y equilibrada.

Divulgador de referencia en desarrollo personal, profesional y financiero, Fernández propone en *Los 10 poderes para diseñar tu vida* un auténtico plan de acción para tomar las riendas del propio relato vital. A través de hábitos conscientes, relaciones nutritivas y una nueva mirada sobre la libertad financiera, el autor invita al lector a construir una vida de diez en todos los ámbitos importantes.

En estas páginas recoge las claves de su propio recorrido vital y profesional mediante reflexiones, vivencias y enseñanzas alineadas con su conocida política *cero bullshit*: una mirada directa, honesta y orientada a la acción. El resultado es una visión integral del bienestar que sitúa la responsabilidad personal en el centro y ofrece herramientas concretas para abandonar excusas, dejar atrás el victimismo y empezar a diseñar una vida con sentido.

Los 10 poderes para diseñar tu vida es una obra profundamente inspiradora para quienes han sentido alguna vez un vacío interior, pero también para quienes no se conforman con lo

establecido y desean escribir sus propias reglas del juego. Un manual para pasar de la queja a la acción, recuperar el control y vivir con mayor conciencia, propósito y libertad.

7 aprendizajes clave de *Los 10 poderes para diseñar tu vida*:

- ✓ Nadie vendrá a salvarte. Estamos solos en este proyecto de tener una vida plena. Y eso es una buena noticia.
- ✓ Solo nos irá bien en la vida si nos va bien en todas y cada una de sus áreas importantes.
- ✓ Disponemos del conocimiento necesario para solucionar la mayor parte de los problemas que experimentamos en el día a día, pero la mayoría de las personas nunca accede a él.
- ✓ La vida se diseña desde el conocimiento, no desde el deseo.
- ✓ No hay desarrollo personal sin desarrollo profesional.
- ✓ La mayor riqueza es ser dueño de tu tiempo.
- ✓ El propósito no es sentirte bien, es ser útil.

SOBRE EL AUTOR



Sergio Fernández es uno de los grandes referentes en desarrollo personal, profesional y financiero. Con más de veinte años de carrera profesional, ha acompañado a miles de personas en sus procesos de transformación, ayudándolas a conseguir sus objetivos.

Desde 2012 es fundador y presidente de IPP Formación para la vida real, donde ha creado una veintena de programas formativos para que cualquier persona que quiera transformar su vida pueda hacerlo. Más de 50.000 personas lo han conseguido ya.

Su pódcast, *Pensamiento positivo*, fue el primer espacio de divulgación de desarrollo personal y profesional de la radio española. Desde entonces, sus vídeos y programas acumulan más de cien millones de visualizaciones.

Tras varios grandes éxitos en librerías que superan los 140.000 ejemplares vendidos en España, regresa con su octavo libro, y el más íntimo, *Los 10 poderes para diseñar tu vida*, fruto de su trayectoria profesional y personal.

Si quieres entrevistar al autor ponte en contacto con **Laura Verdura o Blanca Vidales**:

Tel.: 617 532 380 / 699 232 722

Mail: lverdura@planeta.es / blanca.vidales@planeta.es