

(Ebook free) Fórmula Samantha: Mis secretos para llegar a todo y exprimir la vida al máximo (Spanish Edition)

Fórmula Samantha: Mis secretos para llegar a todo y exprimir la vida al máximo (Spanish Edition)

Samantha Vallejo-Nágera

*Download PDF / ePub / DOC / audiobook / ebooks


FÓRMULA SAMANTHA



Mis secretos para llegar a todo y
exprimir la vida al máximo

Samantha Vallejo-Nágera

conecta

 Download

 Read Online

#3058916 in eBooks 2016-09-15 2016-09-15 File Name: B01I5SXS5M | File size: 39.Mb

Samantha Vallejo-Nágera : Fórmula Samantha: Mis secretos para llegar a todo y exprimir la vida al máximo (Spanish Edition) before purchasing it in order to gauge whether or not it would be worth my time, and all praised Fórmula Samantha: Mis secretos para llegar a todo y exprimir la vida al máximo (Spanish Edition):

La jurado de MasterChef, empresaria y madre Samantha Vallejo-Naveira nos desvela sus secretos para llegar a todo y exprimir la vida al máximo. No puedes esperar a que la felicidad venga de fuera, o al menos no siempre. Hay que perseguirla, organizar tu vida para alcanzarla. Por eso la lleno de luz, de color, de motivos gratificantes, de lugares con encanto, de gente vital. Porque quiero vivir la vida con entusiasmo, exprimiéndola a tope. Solo así merece ser vivida. Samantha Vallejo-Naveira se define a sí misma como empresaria y madre total. Empezó a los 25 años creando un servicio de catering que hoy es uno de los más prestigiosos de España y donde trabajan más de 40 personas. Es madre de familia numerosa, con cuatro hijos todavía pequeños. Y por si todo esto fuera poco, participa como jurado en el famoso programa de televisión MasterChef y es tremendamente activa en las redes sociales en las que ha conseguido infinidad de seguidores. Samantha reconoce que no le queda ni un minuto libre, pero que su vida es muy divertida y apasionante. En forma Samantha ella misma nos cuenta los secretos que le permiten llevar una vida plena con una actividad frenética: la importancia de la organización y de la administración del tiempo, la necesidad de contar con un buen equipo y de saber confiar y delegar en ellos y la salud y el ejercicio como ingredientes imprescindibles para el equilibrio personal. Porque, como bien sabe Samantha, compaginar una vida profesional trepidante con la felicidad y el equilibrio personal es posible.