

L'autora cassanenca és experta en "coaching" i autoajuda

Mònica Fusté presenta el llibre "Despierta"

La teva vida actual és la que sempre has desitjat? Si no ho és, què canviaries? Què t'ho impedeix? Dit d'una altra manera, què faries si tinguessis l'èxit assegurat? Què t'agradaria aconseguir que encara no hakis assolit?

No és el mateix viure (actuar) que sobreviure (reaccionar). És essencial prendre consciència de com vivim i aprofitar les oportunitats que existeixen. No té cap sentit conformar-se amb una vida còmoda però monòtona i rutinària. Hi ha més opcions de les que ens imaginem.

¡Despierta! ¿Vives o sobrevives? és una guia pràctica i clara que té el poder de crear una nova vida per a tu. L'autora, la cassaneca Mònica Fusté, coach personal i executiu, des de la seva pròpia experiència internacional i multicultural, ens proporciona un mètode útil per millorar la qualitat de vida de forma immediata. Amb aquest llibre l'autora ens mostra una metodologia fàcil que inclou:

- Set regles del joc (lleis universals) actualitzades amb els últims descobriments sobre el potencial humà.
- Set actituds triomfadores aplicables a la teva vida quotidiana.
- Exercicis pràctics de *coaching* que t'acompanyaran al camí cap a l'èxit.

Segons Mònica Fusté, que presentarà el seu llibre a la Biblioteca de la Sala Galà, el pròxim 24 d'abril, a les 6 de la tarda, "vivim en un món on el coneixement en totes les disciplines es duplica amb més rapidesa que mai. Això provoca que la caducitat del nostre saber sigui també veloç i important. Per adaptar-nos a un entorn tan canviant, és imprescindible que ens qüestionem, revisem i actualitzem tot el que hem après fins al moment".

En la presentació de l'obra Mònica Fusté explica: "No hi ha dubtes que és temps de canvi. Els paradigmes científics, econòmics, socials, laborals i personals estan canviant de forma radical. Les antigues creences del sistema de supervivència i del model materialista són obsoletes. El futur pertany a un tipus de persona amb un altre model de veure el món i, per tant una altra manera de pensar. D'una economia del «consum de béns»



L'autora, Mònica Fusté i la portada del llibre que es presentarà le pròxim 24 d'abril a Cassà



s'està passant a la nova «economia de les idees» i a un model postmaterialista. Està emergint una nova mentalitat més creativa i humanitària.

"Els triomfadors de la «nova era» són els líders, visionaris, creatius, multifacètics, cooperatius i amb una ment oberta cap al nou coneixement.

"Avui en dia, és imprescindible liderar el propi projecte personal. El *coaching* és una metodologia d'èxit que proporciona un camí més ràpid i fàcil cap a la situació desitjada. Entrenant i disciplinant la ment de forma conscient podem assolir tot el que ens proposem. Hem d'aprendre a utilitzar el nostre potencial si volem viure una vida plena.

"La vida és fascinant si deixes que flueixi lliurement a través teu. No perdis l'oportunitat d'experimentar el que més desitges. Aprèn a viure amb passió. Actua ja!"

L'AUTORA

Mònica Fusté, nascuda a Cassà de la Selva, és escriptora, formadora i *coach* personal i executiu. Llicenciada en Ciències Econòmiques i Empresarials, parla quatre idiomes i és Màster en Comerç Internacional. Durant més de deu anys, va desenvolupar la seva carrera professional al sector de les finances internacionals en diversos bancs d'inversió tant a Espanya i al Regne Unit com a Luxemburg.

Atès el seu gran afany de superació personal, va decidir reinventar-se amb una nova professió i va renunciar a la seva posició en un banc internacional per començar una nova vida. En l'actualitat, és membre de la International Association of Coaching, exerceix de *multi-coach* i formadora. Amb aquest primer llibre, l'autora comparteix la seva visió passional de la vida i proporciona les claus per viure d'una manera extraordinària. Per a més informació visiteu la seva web: www.monicafuste.com.

METALL-LÒGIC
S.L.

Construccions Metàl.liques

Ctra. Caldes P.Q. 0'83
Tel. 972 46 16 25 - Fax 972 46 17 59
17244 CASSÀ DE LA SELVA
E-mail: metall-logic@gm.es