

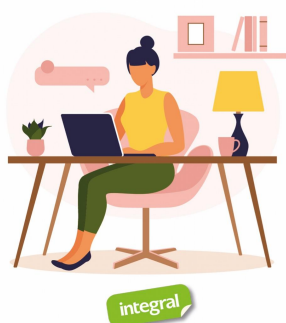


DOSIER DE PRENSA

Elisabet Silvestre

La OFICINA en CASA

Claves para crear un ambiente
saludable y creativo para tu cerebro



La oficina en casa

Elisabet Silvestre

Encuadernación:	Tapa blanda
Formato:	14 x 21,3 cm
PVP:	19,00€
Núm. de pág:	176 págs
ISBN:	978-84-9118-213-9
Editorial:	RBA LIBROS
Temática:	Fang shui - Arte

SINOPSIS

Si trabajas por tu cuenta, o teletrabajas, este libro te da las claves para crear tu oficina en casa. Pon el ambiente a tu favor para que represente tus valores, para promover la creatividad y, en definitiva, para que te haga sentir bien. Déjate acompañar por una experta y referente en biohabitabilidad que te va **asesorar en la elección del espacio, los elementos decorativos, la luz y el color que mejor sientan al cerebro.**

Aprenderás cómo relacionarte con la tecnología de forma más saludable y a disponer de un oasis de calma mental, cómo lograr armonía a través de la biofilia, y a planificar para no robar tiempo a la vida personal y **vivir en coherencia con tu propósito.**



LA AUTORA

ELISABET SILVESTRE es doctora en Biología, máster en Biología humana y máster en Bioconstrucción. Su labor profesional se ha centrado en el campo de la genética, ha trabajado en diferentes centros sanitarios de Barcelona, la última etapa como jefa de Citogenética y de Biología molecular, y posteriormente en el campo de la salud ambiental en relación con el papel que desempeña el ambiente interior de casas y edificios en la salud de las personas. Actualmente **es docente en biohabitabilidad**, disciplina que investiga y analiza cómo diseñar, rehabilitar, construir y habitar espacios que sean saludables para las personas y el medio ambiente.



En diferentes cursos, másteres y posgrados; conferenciante en congresos y jornadas; participa como experta en proyectos y asesorías en los que aporta su conocimiento en biología humana y del biología del hábitat, y colabora con profesionales de la salud y la arquitectura.

Es autora de libros como *Geobiología y biohabitabilidad: la salud a través del hábitat* (2006), *Casa saludable* (2009), *Espacio con valor ambiental* (2013) y *Tu casa sin tóxicos* (2014).

Si quieres un ejemplar del libro o concretar una entrevista con Elisabet Silvestre, no dudes en contactar.

¡Que tengas buen día!

Bibiana Ripol - 93 368 84 66 - 607 71 24 08 - bibiana@ripol.es

Alison Segarra - 615 19 46 49 - prensa@bibianaripol.com

