

¿Por qué no consigo ser feliz?

Psicológico: *Cómo funciona nuestra mente*

Biológico: *La química de la felicidad*

Filosófico: *Repensar qué es la felicidad*

Social: *Influencia del entorno*

Existencial: *Propósito y sentido de la vida*

Práctico: *Acciones concretas para fomentar la felicidad*

¿Cómo puedo gestionar el estrés en mi día a día?

Psicológico: *Cómo nuestra mente reacciona al estrés*

Biológico: *Cómo el estrés afecta nuestro cuerpo*

Social: *Influencia del entorno en nuestro estrés*

Existencial: *El sentido del estrés en nuestra vida*

Práctico: *Acciones concretas para manejar el estrés*

¿Por qué mis ingresos no me cunden lo suficiente?

Psicológico: *Creencias y emociones sobre el dinero*

Económico: *Realidades financieras y gestión del dinero*

Filosófico: *La relación entre dinero y felicidad*

Social: *Factores externos que influyen en la estabilidad*

Práctico: *Acciones concretas para mejorar finanzas*

EXPERTOS INVITADOS



Marian Rojas Estapé

*Médica psiquiatra y autora*



Rafael Santandreu

*Psicólogo y escritor especializado en desarrollo personal*



Nazareth Castellanos

*Neurocientífica y divulgadora científica*



David del Rosario

*Investigador en neurociencia y autor*



José Carlos Ruiz

*Filósofo y profesor universitario*



Elsa Punset

*Escritora y divulgadora en inteligencia emocional*



Patricia Ramírez

*Psicóloga especializada en salud y deporte*



Mario Alonso Puig

*Médico, cirujano y conferenciante en liderazgo y comunicación*



Francesc Torralba

*Filósofo y teólogo, experto en ética*



Javier García Campayo

*Psiquiatra y experto en mindfulness*



Andrés Martín Asuero

*Especialista en mindfulness y gestión del estrés*



Álex Rovira

*Escritor y conferenciante en desarrollo personal y empresarial*



Natalia de Santiago

*Experta en finanzas personales y autora*



Luis Pita

*Especialista en ahorro y planificación financiera*



Sergio Fernández

*Emprendedor y divulgador en desarrollo personal y profesional*



Dimitri Uralov

*Coach financiero y autor*