



Colección: Con vivencias

Temas: Igualdad de género, Estilos de vida, Sociedad
Género: No ficción Formato: 15 x 23 cm
ISBN: 9788410791633 Páginas: 294
PVP: 24,80 € Encuadenación: Rústica
Ref. 06079-0 con solapas



Para más información
93 246 40 02

octaedro@octaedro.com
www.octaedro.com

Mujeres que rompieron sus techos de cristal

Vera Moreno (coord.)

Prólogo de Montse Mateos

Este libro está escrito por quince mujeres. Quince historias de coraje, de constancia, de transformación y de alas construidas con los trozos de cristal de los techos que rompieron. Este no es solo un libro de relatos cualquiera: es un manifiesto de resiliencia, de sueños, de esfuerzo, de propósitos de vida, y de deseos de libertad para elegir escribir los renglones de sus historias. ¡Y vaya si lo consiguieron!

Cada autora comparte su periplo personal de superación en el que tuvieron que romper muchos esquemas externos, pero también internos: desde las faltas de apoyo de algunos progenitores, las críticas, las propias creencias limitantes, los miedos bloqueadores, soportar el peso invisible del síndrome de la impostora, hasta las culpas impuestas por no dedicarle todo el tiempo a la maternidad o por elegir no maternar, afrontar situaciones de maltrato... Con todo esto a sus espaldas, aprendieron a desafiar lo que se esperaba de ellas y decidieron ser las protagonistas de sus historias escribiéndolas de su puño y letra, con autenticidad y sin pedir permiso, aunque a veces con miedo, pero lo consiguieron.

Sus relatos pretenden inspirar a otras mujeres para que sean las escritoras de sus vidas y también para recordarles que no están solas y que ya hay caminos abiertos por los que transitar. Que saber que otras mujeres han aprendido a romper sus techos de cristal, y que con ellos construyen sus alas, sea motivo de inspiración para que otras lo hagan.

Este libro pretende ser tu impulso. Que con cada página descubras que tú también puedes decidir qué, cómo, cuándo, dónde y con quién ser y estar. Que nadie te corte las alas. Que seas tú quien elija el vuelo y ayudes a otras a hacerlo.

COORDINACIÓN



Literaria.Mad, fusiona ciencia, arte y activismo en su trayectoria. Le encantan las redes sociales. En su canal *La tribu de las mujeres guerreras* visibiliza a mujeres que inspiran, con el lema «Juntas somos más fuertes».

Vera Moreno. Nacida en España. Es psicóloga, *coach*, docente y escritora. Apasionada de su actividad profesional. Ha realizado tres años de investigación doctoral con el objetivo de que la Educación Psicológica llegue a ser una asignatura en el sistema educativo, lo que se ha convertido en su propósito de vida. Forma a cuerpos de seguridad y emergencias en temas psicológicos y en neuroliderazgo. Invitada como ponente en congresos nacionales e internacionales. Colabora con medios de comunicación. Autora y coautora de varios libros: *Liderazgo constructivo*, *Método ACERCATE*, *Historias de vida que dan vida* y *De tentaciones y culpas*. Organizadora del congreso Primavera



ÍNDICE

Prólogo (Montse Mateos)

Agradecimientos

Introducción Con alas de cristal de acero
(Vera Moreno)

1. Tu destino no está escrito: lo construyes tú
(Patricia Olamendi Torres)
2. Nada regalado, todo conquistado
(Mercedes Civarolo)
3. Hasta donde la salud y la vida me permitan
(Cristina Eugenia Lombana Velásquez)
4. Nunca quise ser princesa, yo quería ser *ninja*
(María José Alaminos Gil-Ortega)
5. Una vida de aprendizaje, retos y logros
(Nora Frías Melgoza)
6. La brújula y el estandarte
(Ana María Corredor)
7. ¿Y yo qué voy a hacer con tanto amor?
(Verónica Adriana Palma Esteves)
8. El cielo es el límite (Ana María Núñez De Arzt)
9. El poder de la vulnerabilidad
(Catalina Sánchez Ayerbe)
10. Una *baby boomer* imparable
(Sylvia Sánchez Alcántara)
11. Una parte de mi camino: Porque el triunfo de una es de todas y todas somos más que una
(María Luisa Flores del Valle)
12. Las llamadas del alma
(Carolina Angarita Barrientos)
13. La edad no importa, lo que importa es lo que aportas (Vera Moreno)
14. Amargas dificultades, dulces cosechas
(Ivannia Serrano Brenes)
15. La vida como una caja de oportunidades
(Almudena Berzosa Peñaranda)