Elizabeth Grace Saunders es la fundadora y la Directora General de Real Life E®, una empresa de coaching y capacitación que permite a personas que estén desbordadas y frustradas sentirse en paz, seguras y realizadas. Trabaja como orientadora con clientes de Norteamérica, Sudamérica, Asia y Europa y les capacita para incrementar su productividad y establecer un equilibrio entre trabajo y vida. Es la autora de "The 3 Secrets to Effective Time Investment: How to Achieve More Success with Less Stress".

También es oradora pública y escribe frecuentemente en el blog de HBR.org. Ha aparecido en revistas como Inc. magazine, Forbes.com y ABC. Antes de fundar su propia empresa en 2005, Elizabeth trabajó para Meredith Corporation, una editorial de revistas como Better Homes and Gardens y Ladies' Home Journal.

Elizabeth es licenciada en Periodismo y Comunicación de Masas por la Drake University.