



## **Niños mindfulness**

50 actividades mindfulness para cultivar la sensibilidad, la calma y la concentración

---

Autor: Stewart, Whitney

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788484457459

Páginas: 112

Dimensiones: 13 x 19 cm

Encuadernación: Estuche (libro + fichas)

---

PVP: 21,00 €

---

¡Enseña a los niños a cultivar la empatía y a manejar las emociones cotidianas mientras se divierten con el mindfulness!

Estos juegos, actividades y meditaciones apoyan y motivan a los más pequeños a lidiar con su día a día, desde la mañana hasta la noche. Además, ayudan a desarrollar y potenciar un amplio abanico de habilidades.

Contiene libro y 50 fichas