

## Niños mindfulness

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

Stewart, Whitney

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788484457459

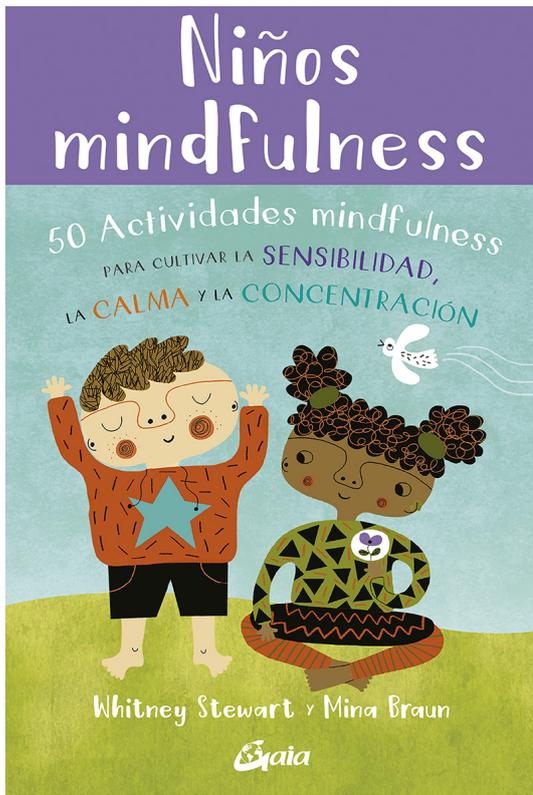
Páginas: 112

Dimensiones: 13 x 19 cm

Encuadernación: Estuche (libro + fichas)

PVP.: 21,00 €

Coleccion: Peque Gaia



### SINOPSIS

¡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