

El hada habla

Para practicar y educar en mindfulness.
Niños y padres

Díaz-Caneja, Patricia; Navalgar, Marta

Editorial: E. L. A.

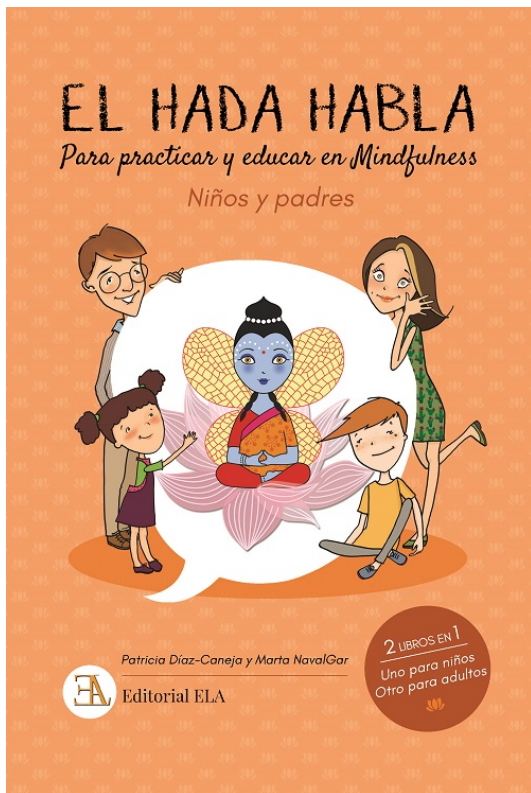
ISBN: 9788499502113

Páginas: 104

Dimensiones: 17 x 24 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 18,40 €



SINOPSIS

Tras el éxito de "Un bosque tranquilo. Mindfulness para niños", y resultado de decenas de talleres de Mindfulness para padres y niños, su personaje principal, El Hada Atención Plena, se dirige ahora a niños y adultos para que puedan practicar Mindfulness. Este libro habla a las familias, incluyendo ejemplos reales vividos en los diferentes talleres que ha desarrollado la autora. Es un libro de Mindfulness que habla directamente a los padres y a los niños, con frases, historias e ilustraciones que hacen que el lector se sienta identificado. Un libro práctico que nos acerca a la teoría de la Atención Plena, explicando su importancia y su aplicación práctica en el día a día de cada familia y enseña a cómo ser un padre consciente, coherente con su criterio educativo. **DOS LIBROS EN UNO:** Incluye dos partes diferenciadas, una dirigida a la familia, con ejercicios y prácticas, y otra dirigida sólo a los padres y educadores.