

## Un bosque tranquilo

Mindfulness para niños

Díaz-Caneja, Patricia; Navalgar, Marta

Editorial: Ediciones Librería Argentina (ELA)

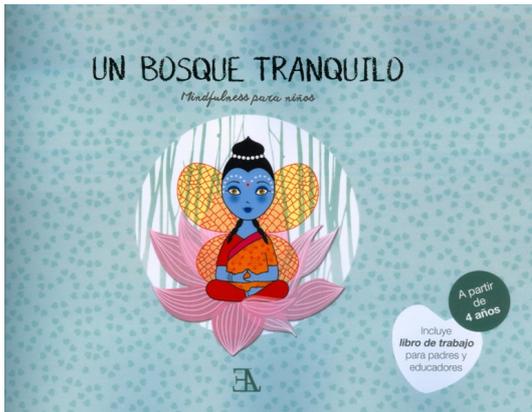
ISBN: 9788499501512

Páginas: 69

Dimensiones: 24 x 17 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 13,90 €



*Un bosque tranquilo* es un cuento muy divertido tanto para niños como para mayores, para poder disfrutar en familia, leyendo todos juntos. También es un interesante recurso para educadores.

Además, supone una herramienta muy útil para que todos, niños y mayores, empecemos a tomar consciencia de la importancia que tiene la atención en nuestra vida diaria.

Al final del libro se añaden una serie de actividades que prolongarán, de la mano del *Hada Atención Plena*, los bellos momentos vividos en el libro, más allá de la mera lectura del mismo. Sus ejercicios, consejos y pasatiempos nos ayudarán a encauzar a nuestros menores por el camino de la atención plena en cada instante, de una manera fácil y amena, jugando y disfrutando con ellos.

Escrito por Patricia Díaz-Caneja (pedagoga con una gran experiencia en Mindfulness para niños y familias) e ilustrado por Marta NavalGar.