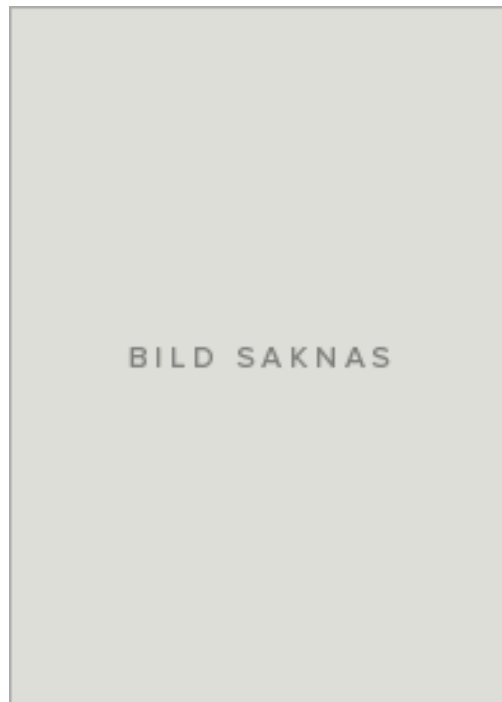


En del av allt : Mindfulness för barn Anna Bjärkvik



Ladda ner PDF

I *En del av allt* får barn på ett lekfullt och harmoniskt sätt känna in universum och reflektera över sig själv som en del av allt runtomkring. Direkta frågor skapar tid för reflektion som stärker barnets fantasi och känsla för sin kropp och sin omgivning. Inspirerad av mindfulness och yoga öppnar boken upp för fysiska och sinnliga upplevelser där både den vuxne och barnet har möjlighet att komma i närmare kontakt med sig själva.

Övningar som att lyssna noga och göra fantasikonst med näsan varvas med tankar om hur ett frö blir till en blomma, vad stjärnor består av och att vi alla är en del av livets stora pussel.

Bilderna är fantasifulla med många detaljer, tänkta att väcka kreativitet och nya tankar. Den fungerar också utmärkt för barngrupper som vill upptäcka världen tillsammans.

Sagt om *En känsla av mig*:

Åh! Så fint skriven. Jättefina bilder till. Så fin liten bok. / Andrijana, mamma till Anton 1 år och förskolelärare

Boken är bra! I morgon ska vi läsa igen och göra fler rörelser / Kerstin 5 år

Min 6-åring tar till sig boken på ett entusiastiskt sätt, är peppad på alla små interaktiva övningar och har nästan alltid en fundering eller fråga kring varje tema. Det är oerhört fascinerande att höra

henne resonera kring de stora livsfrågorna! Så kul och viktigt med en bok som hjälper oss föräldrar att ta upp livsfrågor på ett sätt som tilltalar barn. /Karin Lindqvist

För den lilla människan, och den stora. Om det lilla i världen, och det stora. Med illustrationer som väcker nyfikenhet och leker med orden. /Linda Hansson

Ladda ner gratis En del av allt : Mindfulness för barn gratis bok PDF Kindle

Forfatter: Anna Bjärkvik

Antall sider:

ISBN: 9789188375551

Format: PDF

Filstorrelse: 16.21 Mb

Ladda ner på 15 sekunder