

Flamboyant publica las cartas de *Con calma*, inspiradas en la naturaleza y en el best seller internacional homónimo

30 actividades *mindfulness* para toda la familia



Barcelona, marzo de 2021

Editorial Flamboyant publica las cartas del éxito internacional *Con calma*. Las 30 cartas, presentadas en una práctica caja, nos enseñan a amar el mundo natural. Mediante una serie de actividades sencillas y tranquilas, podremos **ejercitar el pensamiento positivo de los niños y niñas para ayudarlos a relajarse, concentrarse y conservar la calma en este mundo tan ajetreado.**

La publicación de las cartas atiende a la alta demanda del público. Desde la publicación del libro no han cesado las peticiones de actividades y recursos alrededor del libro, para trabajar –sobre todo desde casa– la calma, aprender a disfrutar de la naturaleza y detenerse ante las pequeñas maravillas del día a día.

El libro *Con calma*, publicado por Flamboyant el pasado otoño, ha recibido el aplauso de la crítica y de los lectores. Desde su publicación **ha vendido más de 10.000 ejemplares solo en España** y sigue estando entre los más reseñados y recomendados.

Tanto el libro como las cartas homónimas son una

ACTIVIDADES PARA EJERCITAR EL PENSAMIENTO POSITIVO DE LOS NIÑOS Y NIÑAS Y AYUDARLOS A RELAJARSE, CONCENTRARSE Y CONSERVAR LA CALMA

forma divertida y cautivadora de que los niños y niñas —a partir de los 8 años de edad— aprendan sobre fauna y flora y practiquen el *mindfulness* al mismo tiempo.

ACERCA DE LAS AUTORAS

Emily Sharrat es editora, escritora, profesora titulada de yoga y experta en atención plena. Cuenta con casi una década de experiencia docente y veinte años de práctica. Su método de enseñanza engloba varias modalidades de yoga, desde vinyasa a yin yoga, y está convencida de que la relajación final es la parte más importante de una clase.

Freya Hartas es ilustradora en Bristol, Reino Unido, donde vive con su pareja y su anciano gato negro Katsu, y trabaja en un acogedor estudio compartido. En *Con calma*, ha cambiado su universo de gnomos, hadas, ranas vestidas, monstruos y personajes mitológicos; por las maravillas del mundo natural.

Más información: comunicacion@editorialflamboyant.com