



Lizzie Cope, Alice James

# Achtsamkeit zum Mitmachen: Natur

Ideen zum Konzentrieren und Entspannen – für Kinder ab 7 Jahren

Mit der Natur zur Ruhe kommen

Die Natur beruhigt, macht glücklich und sorgt für innere Ausgeglichenheit! Deshalb findest du in diesem Buch viele abwechslungsreiche Aktivitäten für drinnen und draußen: Du kannst Regentropfenmuster ausmalen, Blumensamen säen oder verschiedene Pflanzen und Insekten auf einem Spaziergang an der frischen Luft entdecken. Gönn dir zur Entspannung ein wenig Zeit mit und in der Natur!

- Mit Ideen für drinnen und draußen, um eine Atempause in und mit der Natur zu finden – überall umsetzbar
- Samen aufziehen, Blumen pressen, ein Tagebuch wie ein uralter Baum führen u. v. m.
- Erzeugt ein positives Bewusstsein für psychische Gesundheit und fokussiert auf die natürliche Welt

Lizzie Cope, Alice James  
**Achtsamkeit zum Mitmachen:  
Natur**

Ideen zum Konzentrieren und  
Entspannen – für Kinder ab 7  
Jahren

64 Seiten

ISBN: 978-1-0357-0016-5

EUR 9,95 [DE]

EUR 10,30 [AT]

ET 15. Juni 2023

Format : 18,8 x 24,0 cm

Lesealter ab 7

Illustrator\*in: Héloïse Mab

Illustrator\*in: Ada Crowe

Autor\*in

**Lizzie Cope**

dtv

Autor\*in

**Alice James**

dtv

Illustrator\*in

**Héloïse Mab**

dtv

Illustrator\*in

**Ada Crowe**

### **Autor\*in Lizzie Cope bei dtv**

- Mein Farbenzauber-Malbuch: An der Küste, Taschenbuch, ISBN: 978-1-0357-0565-8
- Mein erstes Pop-up-Buch: Im Ozean, Pappbilderbuch, ISBN: 978-1-0357-0525-2
- Alles über unsere Erde – das Mitmachbuch, Taschenbuch, ISBN: 978-1-78941-803-3
- Achtsamkeit zum Mitmachen: Natur, Taschenbuch, ISBN: 978-1-0357-0016-5

### **Autor\*in Alice James bei dtv**

- Raus in die Natur!, Hardcover, ISBN: 978-1-78941-062-4
- Achtsamkeit zum Mitmachen: Natur, Taschenbuch, ISBN: 978-1-0357-0016-5
- MINT - Wissen gewinnt! Das Mitmachbuch für Erfinder von morgen, Hardcover, ISBN: 978-1-78941-390-8
- Ich weiß jetzt 100 Dinge mehr! Essen, Hardcover, ISBN: 978-1-78941-041-9
- Ich weiß jetzt 100 Dinge mehr! Die Welt der Zahlen und Computer, Hardcover, ISBN: 978-1-78941-149-2
- Mitmachen und zur Ruhe kommen, Taschenbuch, ISBN: 978-1-0357-0027-1
- Ich weiß jetzt 100 Dinge mehr! Unsere Erde, Hardcover, ISBN: 978-1-78941-247-5
- Kleine Kreativ-Werkstatt – Ganz einfach ganz viel ausmalen: Sommerspaß, Taschenbuch, ISBN: 978-1-0357-0563-4
- Die große Sticker-Tierwelt: Faszinierendes Leben in der Tiefsee, Taschenbuch, ISBN: 978-1-0357-0431-6
- Die große Sticker-Tierwelt: Krabbeltiere, Taschenbuch, ISBN: 978-1-0357-0430-9