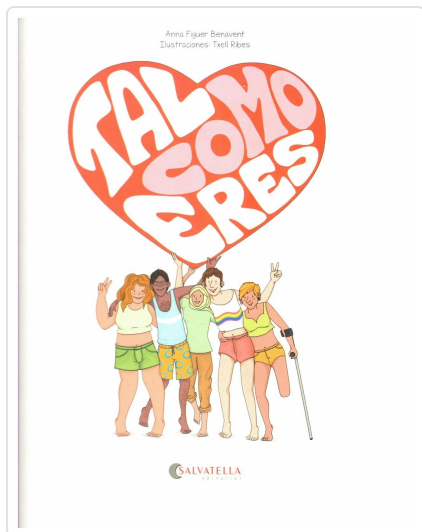


TAL COMO ERES



ANNA FIGUER BENAVENT

SINOPSE

Este libro es una herramienta para acompañar a niños y jóvenes en el camino de conocerse, aceptarse y quererse tal como son.

Con un lenguaje sencillo y un tono cercano, Anna Figuer -psicóloga especializada en trastornos de la conducta alimentaria e imagen corporal- nos invita a reflexionar para fomentar la autoestima, una imagen corporal positiva, el respecto hacia uno mismo y los demás, y la aceptación de la diversidad en todas sus formas.

A lo largo de estas páginas, encontrarás un espacio para pensar y conservar sobre temas esenciales, como la importancia de cuidar nuestro cuerpo, aceptar los cambios que este experimenta como parte natural de la vida, y desarrollar una mirada crítica frente a la presión estética que nos rodea.

También nos recuerda que todas las emociones son válidas, que aprender a gestionarlas es clave para nuestro bienestar, y que pedir ayuda cuando la necesitemos no es una debilidad, sino un acto de valentía y amor propio.

Porque ser uno mismo siempre es el mejor punto de partida....



Editora	EDITORIAL MIGUEL SALVATELLA S.A.
Materia	Infantil Divulgación Educación
Colección	VARIOS
EAN	9788419565280
Estado	Disponible
Encadernación	Cartoné
Páxinas	32
Tamaño	275x235x10 mm.
Peso	420
Prezo (Imp.inc.)	15,95€
Idioma	Español
Data de lanzamento	23/10/2025

Títulos relacionados



¡PASAJEROS AL TREN!
MARIA CANALS; LAIA GINE



EL RÍO
SUSANA MONGE; NOEMI FERNANDEZ; CRISTINA AG



ASIM, VIAJERO DEL MUNDO
GLORIA GOMEZ DE LA TIA; SANDRA AGUILAR



MI CORONA
DINAH LEVY; ALMU LOPEZ