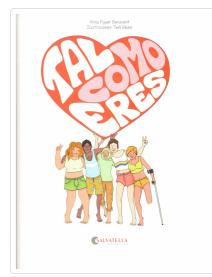
## TAL COMO ERES





Editora Materia	EDITORIAL MIGUEL
	SALVATELLA S.A.
	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	23/10/2025
lanzamento	

## ANNA FIGUER BENAVENT

## **SINOPSE**

Este libro es una herramienta para acompañar a niños y jovenes 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 hacio 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 siemrpe es el mejor punto de partida....

## Títulos relacionados



!PASAJEROS AL TREN! MARIA CANALS;LAIA GINE



EL RIO SUSANA MONGE;NOEMI FERNANDEZ;CRISTINA



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



MI CORONA DINAH LEVY;ALMU LOPEZ