CRECIMIENTO PERSONAL

KOLIMA BOOKS

CARTAS MINDFULNESS

El *mindfulness* ha irrumpido en Occidente para integrar las herramientas que Oriente lleva siglos aplicando para su mejor y desarrollo.

Las 52 cartas mindfulness te invitan a la toma de conciencia y el crecimiento personal mediante diferentes propuestas de trabajo: principios mindfulness, conductas, emociones y aspectos transpersonales.

Cada carta contiene un ejercicio práctico de mejora, sí como un afirmación para acompañarte en el camino.

COLECCIÓN
AUTOAYUDA, COACHING, MINDFULNESS Y PSICOLOGÍA

PVP: 18 euros
Cartas
14,8 x 10,5 cm
52 cartas
EAN: 8437019107031
Código IBIC: VXM
Código BISAC: OCC010000 BODY, MIND & SPIRIT / Mindfulness & Meditation
Tags: Mindfulness, cartas, David Serrano, el domador de cerebros

© 2019 Editorial Kolima

8 437019 107031

DAVID SERRANO

Pasé por la universidad formándome en Dirección de Empresas. De ahí, salté a escuelas de negocios para cursar publicidad y marketing al tiempo que hacía un Master en Diseño.

Empecé con un pequeño estudio de diseño y a fecha de hoy, 10 años más tarde se ha transformado en una consultora de branding y marketing que ha colaborado en proyectos multinacionales con empresas como: Heineken, Procter & Gamble, Microsoft, Repsol, BMW, Orange o Beefeater entre otros.

"Maravillosas cartas para practicar mindfulness de otra manera"

TÍTULOS RELACIONADOS

9 788494 235801

9 788416 994748

9 788417 566319

¿POR QUÉ COMPRAR ESTAS CARTAS?

- Unas cartas exquisitas para practicar *mindfulness* con rigor
- Una manera diferente de experimentar el *mindfulness* y entrenar nuestro cerebro