על הספר: ספר המדיטציה הראשון שלי

מחברים: מחבר/ת: דומון, דומיניק
סימן מדף: דומ
מספר מיון: J158.1
משפט אחריות: דומיניק דומון ; איורים: איזבל שרבונו ; תרגמה מצרפתית וניקדה: סיגל גפן
כותר נוסף: ספר המדיטציה הראשון שלי : לילדים בני ערבע ומעלה
מדיה: ספרים
סוג: עיון ילדים ונוער
ז'אנר: ממוין ילדים
קהל היעד: ממוין ילדים
עמודים: 35 עמודים
גובה: 25 ס"מ
מוציאים לאור: ידיעות אחרונות - ספרי חמד, סנטלה הוצאה לאור
שנת הוצאה: 2026
מסת"ב: 9789659327218
מס. המרכז לספריות וספרות: 26-0685
שפה: עברית
סדרה: ספר ה...הראשון שלי
תאריך קטלוג: 26/03/2026
מילות מפתח: מדיטציה
הערות: מנוקד.

תקציר:

ספר מדיטציה זה לילדים מזמין אותנו למסע של רוגע והרפיה בין עונות השנה. הודות למגוון תרגילים מאוירים, יוכלו קטנים וגדולים כאחד ליהנות מכל היתרונות של תרגול עתיק זה. המדיטציה מפחיתה חרדה ומעניקה תחושת שלווה פנימית שאין דומה לה. כאשר מתרגלים באופן קבוע, היא גם משפרת את יכולת הריכוז. דומיניק דומון עוסקת בעיסוי טיפולי, מנחה קבוצות ומרצה. מייסדת ▨▨▨▨▨▨▨ ▨▨▨ ▨▨▨▨▨▨▨▨ ▨▨▨▨▨ (הידיים הקטנות הקסומות), סדנאות היכרות עם עולם העיסוי המתקיימות בגני ילדים ובבתי ספר יסודיים. -- מהכריכה האחורית.

Fonts made from Web Fonts is licensed by CC BY 4.0