



Titelinformation

Ulrich Hoffmann

Keine Angst vor niemand

Mini-Meditationen für Kinder

Autorisierte Lesefassung

Sprecher: Ralph Caspers

Regie: Carlo Günther

Laufzeit: 1 Stunde, 17 Minuten, 1 CD

ca. € 12,95 (unverbindliche Preisempfehlung)

ISBN 978-3-8398-8143-9

Buchverlag: Knaur Balance



Erscheint am 21. September 2017

Mini-Meditationen für Kinder

Angst vor der Schule oder dem Monster unter dem Bett – jeder, der Kinder hat, kennt solche Situationen und weiß, dass sie oftmals eine Herausforderung darstellen. Die neuen Mini-Meditationen von Ulrich Hoffmann schaffen Abhilfe in solchen alltäglichen Konflikten. Mit Ratschlägen und hilfreichen Informationen für die Eltern sowie kurzen Meditationen für die Kinder werden Ängste gemeistert oder vorbeugend vermieden. Dafür benötigen weder Eltern noch Kinder Vorkenntnisse. Sie können einfach loslegen!

»Mit einfachen Mitteln helfen Sie Ihrem Kind (und sich), zur Ruhe zu finden. Probieren Sie es aus. Es dauert nur drei Minuten.« Ulrich Hoffmann

Ulrich Hoffmann ist mehrfacher Bestsellerautor und zertifizierter Yoga- und Meditationslehrer. Er war in führenden Positionen für große Verlagshäuser tätig, u. a. als Ressortleiter und Textchef für *Gala* und *Living at Home*. Hoffmann ist verheiratet und hat drei Kinder. Die Familie lebt in Hamburg und den USA.

Ralph Caspers ist einem breiten Publikum vor allem als engagierter Fernsehmoderator von *Die Sendung mit der Maus* und *Wissen macht Ah!* bekannt. Daneben beschäftigt er sich intensiv mit Meditation.

Ebenfalls bei Argon: Ulrich Hoffmann: *Einschlafen ist gar nicht schlimm* (ISBN 978-3-8398-8133-0), *Konzentrieren ist ja ganz leicht* (ISBN 978-3-8398-8132-3), *Schmeckt ja doch!* (ISBN 978-3-8398-8139-2), *Mini-Meditationen* (ISBN 978-3-8398-8090-6)

Bitte schicken Sie uns einen Beleg Ihrer Besprechung zu.

Maria Nowotnick | Argon Verlag GmbH | Waldemarstraße 33A | 10999 Berlin

maria.nowotnick@argon-verlag.de | Telefon: +49-(0)151 25 99 28 49 | Fax: +49-(0)30-2576 206-20