



AGENDA-LIBRO DEL EMBARAZO CONSCIENTE

Mónica Manso

Yadday Hermoso

(Urano)

Si quieres vivir esta etapa de tu vida de manera plena y consciente, te interesa este libro. Te acompañará semana a semana explicándote los cambios que tu bebé y tú vais experimentando, y propone ejercicios, actividades y lecturas para hacer de tu embarazo un proceso consciente y creativo. Además de libro es una agenda en la que puedes incluir tus experiencias, sentimientos y pensamientos.