

Novedades Albatros



100 Actividades Para Liberar La Creatividad

Autor: Gilles Diederichs

Páginas: 112

Formato: 21 x 21 cm

Encuadernación: tapa blanda

Cód. interno: 17785

ISBN: 9789502415864

Precio: \$11.092 + IVA

Ser creativo desarrolla la autonomía, la confianza y la inteligencia. Mandalas, yoga, juegos de roles, expresión corporal, cocina, jardinera, respiración, pintura y collages son algunas de las mejores acciones para liberar la imaginación, enriquecer los cinco sentidos, aprender a comunicarse y conocer el mundo. 100 actividades divertidas, originales y fáciles de hacer en cualquier momento y lugar para potenciar también la relación entre padres e hijos.



Alicia en el país del estrés

Autora: Laura Maffei

Páginas: 160

Formato: 24 x 17 cm

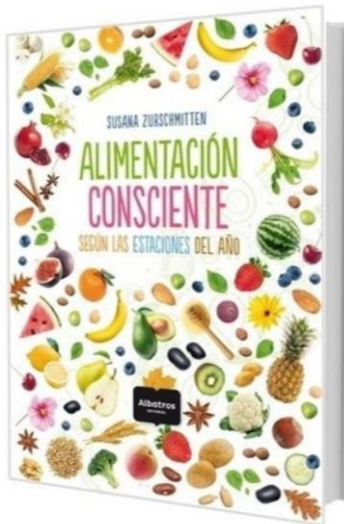
Encuadernación: tapa blanda

Cód. interno: 17849

ISBN: 9789502416861

Precio: \$16.723 + IVA

Alicia cae por una madriguera y despierta en el país del estrés. Atosigada por los rituales incuestionables de “sombrereros locos”, las presiones externas que se hicieron creencias, las creencias que se hicieron hormonas, las hormonas que se hicieron emociones y perseguida por un conejo interno que al igual que en el texto de Lewis Carroll le dice que no llegará con los tiempos, no importa lo que corra, o lo que organice, o planifique.... Por suerte la Dra. Laura Maffei suma el personaje de Ana a la trama, que como aquella oruga azul de la novela encarna la sabiduría, la que cuestiona lo dado y ofrece recursos para el cambio.



Alimentación consciente

Autora: Susana Zurschmitten

Páginas: 192

Formato: 17 x 24 cm

Encuadernación: tapa blanda

Cód. interno: 17850

ISBN: 9789502416892

Precio: \$13.361 + IVA

La comida simboliza amor, protección, sustento, placer, salud. Nos recuerda la pertenencia a una especie, la humana, y la interdependencia que tenemos con los reinos mineral, vegetal y animal. Detenernos a pensar en aquello que comemos es un acto de conocimiento, valoración y elección consciente de acuerdo a nuestros principios, a quiénes somos, a qué queremos lograr. La forma de relacionarnos con los alimentos nos acerca a una verdad más profunda. Ser conscientes de ella nos hace más libres y nos conecta con la naturaleza, sus estaciones y sus ciclos. El enfoque de este libro es original. La autora propone acercarnos a los alimentos naturales con el sostén de tradiciones filosóficas y sistemas terapéuticos, que los enarbolan como herramienta para propiciar salud y mitigar sufrimientos. Dr. Roberto Zaldúa.



Almacén de fermentos

Autora: Silvina Premmurti

Páginas: 128

Formato: 15 x 22 cm

Encuadernación: tapa blanda

Cód. interno: 17851

ISBN: 9789502416885

Precio: \$10.664 + IVA

Los fermentos en mi cocina hablan, se expresan y danzan, puedo escuchar sus burbujas y cómo se comunican conmigo. Tengo una huerta en frascos, botellas y damajuanas con brotes, kombucha, kéfir y chucrut de varios colores. Fermentar es muy sencillo, no es necesario ser un experto en el tema, ni tener un laboratorio montado, solo crear ciertas condiciones de equilibrio y cultivar la paciencia. No se necesitan muchos materiales, no hay recetas complejas ni ingredientes extraños. De hecho, la fermentación es intuitiva, nunca un fermento podrá ser igual a otro. En este libro te voy a enseñar técnicas ancestrales y recetas muy variadas para hacer masa madre, queso vegano, vinagres, panes y mucho más. La clave está en enamorarse del proceso y sentirse un verdadero alquimista.



Astrología del liderazgo

Autora: Julieta Suárez Valiente

Páginas: 176

Formato: 25 x 15 cm

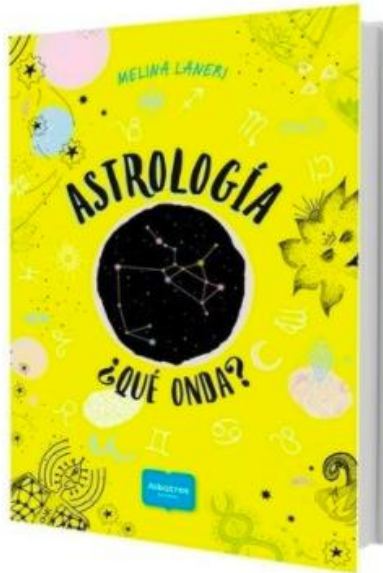
Encuadernación: tapa blanda

Cód. interno: 17852

ISBN: 9789502416854

Precio: \$10.664 + IVA

¿Sabías que abrazar tu Sol natal es abrazar tu ser más auténtico? ¿Quieres despertar al líder que te habita? ¿Estás listo para una exploración intensa y reveladora hacia ti mismo? En Astrología; el Sol es lo que comúnmente llamamos nuestro signo solar. Descubrir nuestro liderazgo solar es la llave que necesitamos para crear una vida más alineada con nuestros dones; talentos y potencialidades. En este libro te invito a recorrer juntos un viaje profundo de autoconocimiento.



Astrología qué onda

Autora: Melina Laneri

Páginas: 128

Formato: 15 x 22 cm

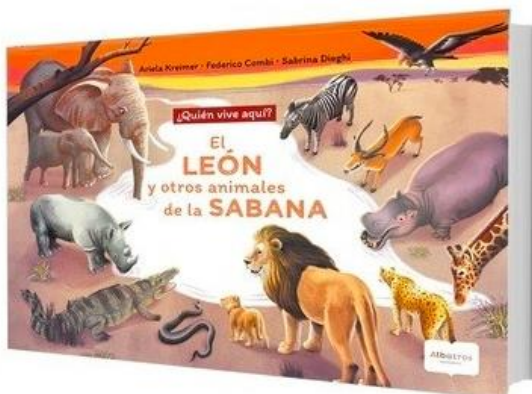
Encuadernación: tapa blanda

Cód. interno: 17853

ISBN: 9789502416908

Precio: \$9.681 + IVA

Cuando decidimos estudiar o saber más sobre astrología, muchos piensan que están eligiendo un camino, pero no es así. La astrología es quien nos elige. Por más que intentemos lo contrario, una vez que abrimos esa puerta, los planetas nos siguen llamando y estamos a punto de cambiar, para siempre, nuestra forma de percibir. Y de allí no hay retorno. A veces la astrología puede resultar compleja, pero es porque no empezamos desde el principio. Por eso, este es un libro iniciático, para entender, de verdad, cómo funciona este lenguaje sagrado, a través del cual el universo nos muestra su trama. Comprender esa trama y vernos en ella es, en esencia, la astrología.



El león y otros animales de la sabana

Autora: Ariela Kreimer

Páginas: 32

Formato: 24 x 17 cm

Encuadernación: tapa blanda

Cód. interno: 17848

ISBN: 9789502416922

Precio: \$5.336 + IVA

Leones, rinocerontes, jirafas y otras especies se desplazan por las amplias praderas de África en busca de agua y comida. En las páginas de este libro encontrarás datos y curiosidades sobre estos animales salvajes y su magnífico hábitat.



El pingüino y otros animales del mar

Autora: Ariela Kreimer

Páginas: 32

Formato: 24 x 17 cm

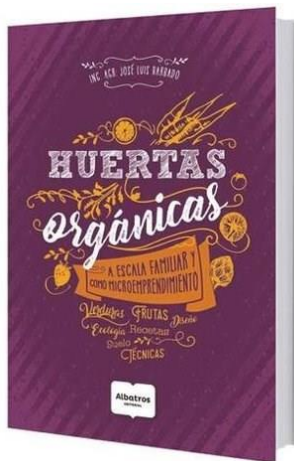
Encuadernación: tapa blanda

Cód. interno: 17855

ISBN: 9789502416915

Precio: \$5.336 + IVA

Pingüinos, ballenas, lobos marinos y otras especies viven en las profundidades y en las inmensas costas del Mar Argentino. En las páginas de este libro encontrarás datos y curiosidades sobre estos animales y su magnífico hábitat.



Huertas orgánicas

Autor: José Luis Barbado

Páginas: 160

Formato: 15 x 22 cm

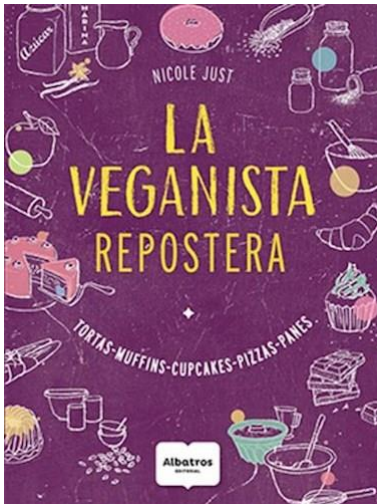
Encuadernación: tapa blanda

Cód. interno: 17859

ISBN: 9789502416663

Precio: \$9.235 + IVA

La tendencia en alimentación se inclina cada vez hacia la comida sana y natural, por eso el objetivo de la agricultura orgánica es la producción de alimentos saludables, nutritivos, libres de residuos tóxicos y sin contaminar el medio ambiente. Este libro funciona como un manual de consulta sobre cómo diseñar, preparar y mantener una huerta orgánica, con toda la información necesaria sobre las técnicas ecológicas apropiadas, los tipos de cultivos y la preparación del suelo. Además, incluye datos sobre abonos, plagas y enfermedades; y una guía con las principales especies.



La veganista repostera

Autora: Nicole Just

Páginas: 192

Formato: 14 x 24 cm

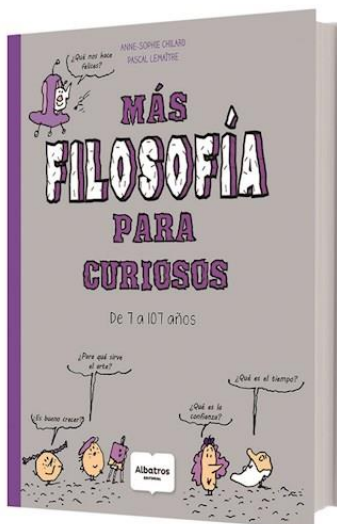
Encuadernación: tapa blanda

Cód. interno: 17756

ISBN: 9789502415277

Precio: \$14.790 + IVA

¡La Veganista ahora también hornea! Después del éxito de su primer libro, Nicole Just comprueba una vez más que se puede ser vegano sin renunciar a nada, porque en la repostería y la pastelería es posible hacer milagros sin huevos, leche y manteca. El truco consiste en reemplazar los ingredientes de origen animal y obtener de todos modos masas increíbles, esponjosas y deliciosas tortas de chocolate o crema, y crujientes panes. Todas las recetas de este libro quedan perfectas, son riquísimas y nada complicadas de hacer. ¡Garantía de La Veganista!



Más filosofía para curiosos

Autora: Anne-Sophie Chilard

Páginas: 136

Formato: 26 x 21 cm

Encuadernación: Rústica.

Cód. interno: 17856

ISBN: 9789502416847

Precio: \$12.101 + IVA

¿Sabemos realmente quiénes somos? ¿Qué significa tener éxito o fracasar? ¿Para qué sirve el arte? ¿Qué nos hace felices? ¿Qué es tener suerte? En este libro vas a descubrir muchas respuestas a distintos interrogantes, para que a partir de ellas puedas formar tu propia opinión sobre los temas filosóficos que más te interesan. Lejos de ser aburrida, la filosofía abre un mundo inmenso de conocimiento y teorías, que vas a poder explorar de forma muy divertida.

