

MONIA MONTI

Monia Monti, Pedagogista nei servizi per la prima infanzia e istruttrice certificata di mindfulness, presso il Center for Mindfulness University of San Diego, California e l'Università La Sapienza di Roma, si occupa di corsi di formazione in mindfulness e meditazione, per bambini e adulti. Scrive per diverse riviste ("Giunti-Scuola", "Infanzia", "Bambini", "Salute33", "OK salute e benessere") e ha pubblicato per la RED Edizioni *"Giochiamo a meditare. Per ritrovare calma e serenità in un mondo che corre veloce"* (2023) e per la Eifis Editore *"Bambini calmi e felici: tecniche di meditazione per bambini e adulti per gestire l'ansia e lo stress"* (2018), *"Rosa e Matilda. La felicità si costruisce insieme"* (2020), *"Il quaderno dei bimbi calmi e felici. Tante attività per vivere appieno i benefici della meditazione e della mindfulness"* (2021).

È socia della LunGi (libera università del gioco).

CONTATTI

Email monia@moniamonti.it

Cell. 338 8752260

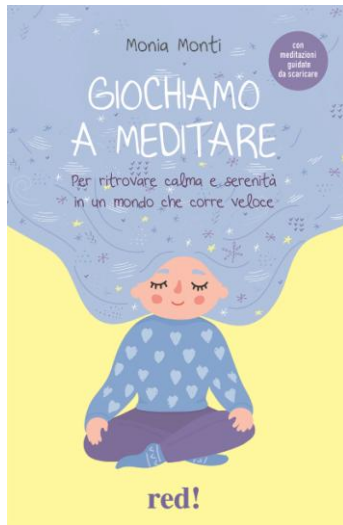
Sito web: www.moniamonti.it

Instagram [monia_monti](https://www.instagram.com/monia_monti)

Facebook [MoniaMontiPedagogista](https://www.facebook.com/MoniaMontiPedagogista)

LinkedIN [Monia Monti](https://www.linkedin.com/company/MoniaMonti)

LIBRI SULLA MINDFULNESS E MEDITAZIONE PER BAMBINI E ADULTI



Giochiamo a meditare

<https://amzn.to/417JmTd>



Rosa e Matilda

<https://amzn.to/3RbZSwR>



Bambini calmi e felici

<https://amzn.to/4a69hik>



Il quaderno dei bimbi calmi e felici

<https://amzn.to/47MLUJc>