



Είμαι  
**ZEN**

Γνωρίζω τους ήχους του κόσμου

## Ανατολή του ήλιου

Μια νέα μέρα ξημερώνει, όμορφη και λαμπερή,  
με το πρώτο φως του ήλιου...  
Άκουσε τα πουλιά πόσο χαρούμενα κελαηδούν!

Στάση του δέντρου· έτσι θα πάρεις την ενέργεια που χρειάζεσαι από τη γη:

1. Στάσου σε όρθια θέση και ένωσε τα χέρια σου στο ύψος του στήθους.
2. Βρες την ισορροπία σου στο ένα πόδι (αν χρειαστεί, στήριξε την πλάτη σου σε έναν τοίχο).
3. Σήκωσε τα χέρια προς τον ουρανό.



# Άκουσε την όμορφη ζεν μουσική και ανακάλυψε τις πρώτες σου στάσεις στη γιόγκα!

Στάση του δέντρου • Στάση του καταρράκτη • Στάση του ψαριού  
Στάση του βατράχου • Στάση ξεκούρασης

Εικονογράφηση Έλσα Φουκιέ

ΝΕΟ

Ένα παιχνίδι

ΨΑΞΕ  
&  
ΒΡΕΞΕ

με ένα κουμπί  
που παίζει τυχαία  
τους ήχους!



Περιέχει μπαταρίες AAA  
για μεγαλύτερη διάρκεια

Γνωρίζω τους ήχους του κόσμου:  
Η πρώτη συλλογή βιβλίων με κουμπιά.  
Απαράμιλλης ποιότητας!



**ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΠΡΟΣΕΚΤΙΚΑ ΤΙΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ:** Για να αντικαταστήσετε τις μπαταρίες, ανοίξτε το κάλυμμα ξεβιδώνοντάς το. Μετά την αντικατάσταση, βάλτε το κάλυμμα στη θέση του και βιδώστε ξανά. Οι μπαταρίες δεν επαναφορτίζονται. Μην χρησιμοποιείτε διαφορετικού τύπου μπαταρίες. Τοποθετείτε τις μπαταρίες σύμφωνα με την ενδεικνημένη ποικιλότητα. Αφαιρέστε τις χρησιμοποιημένες μπαταρίες από το βιβλίο. Επιδεικνύετε προσοχή στην ποικιλότητα των μπαταριών για την αποφυγή βραχυκυκλώματος. **ΠΡΟΣΟΧΗ!** Κρατάτε τις καινούριες και τις χρησιμοποιημένες μπαταρίες μακριά από παιδιά. Απορρίψτε άμεσα και με ασφάλεια τις χρησιμοποιημένες μπαταρίες. Εάν υποψιάζεστε ότι το παιδί σας έχει καταπιεί ή εισαγάγει στο στόμα του ή σε άλλο σημείο του σώματός του μια μπαταρία-κουμπί, καλέστε αμέσως το ΚΕΝΤΡΟ ΔΗΛΗΤΗΡΙΑΣΕΩΝ ή έναν γιατρό.

CE

ISSN 978-618-07-1553-8



9 786180 715538  
Bamb books μπατάκις 15553

1+