

# Afslappende lydbøger til

børn og voksne

## Historien om...



Nye børnehistorier fortalt med en rolig og afslappende stemme.

## Historien om... 2

- Frøen Frede, Musen Mogens m.fl.



Nye rolige børnehistorier fortalt af Stig Seberg.

## Historien om... nisserne



Afslappende julefortællinger af Stig Seberg

## Bodykanning

- Indre ro og velvære



Stig Seberg træner mennesker i bevidst nærvær og udgiver lydbøger, der giver ro til børn og voksne i hverdagen.

“Bodykanning - indre ro og velvære” er en 40 min. guidet kropsmeditation, der giver dig en dybere afslapning.

Tilmeld dig til nærværsbrevet på [historienom.dk](http://historienom.dk) i pop-op vinduet, og modtag inspiration til, hvordan du bliver mere nærværende, samt tager bedre vare på dig selv.

“Historien om...” er en serie af afslappende lydbøger for børn og barnlige sjæle. Udgivet som download eller CD.

Find artikler og inspiration om nærvær på [historienom.dk](http://historienom.dk) samt [evolvia.dk](http://evolvia.dk).

Køb hos boghandleren eller lån udvalgte på [bib. og ereolen.dk](http://bib.og.ereolen.dk)