

Enlaces empleados en clase (alumnado de 1º FP):

Introducción al MINDFULNESS: [educaMind-Introducción a Mindfulness- Meditación guiada - YouTube](#)

Atención plena a la respiración: [Meditación Guiada Mindfulness. Atención Plena a la Respiración. Programa educaMind - YouTube](#)

Acoso y el instituto: [ACOSO y el instituto - YouTube](#)

Enlaces empleados a nivel personal:

Atención plena a la respiración:: [Meditación Guiada Mindfulness. Atención Plena a la Respiración. Programa educaMind - YouTube](#)

Escáner corporal tumbado: [Meditación Guiada - ESCANER CORPORAL TUMBADO 15 MIN - YouTube](#)