



Coloreo en Calma

Coloring in Calm

Un libro para respirar, sentir
y relajarse

A book to breathe, feel, and relax



Crecer con Calma

Nota para padres y cuidadores

Este libro fue creado para ofrecer a los niños un espacio de calma, seguridad y conexión emocional. No es un libro para hacer bien ni para terminar rápido, sino una invitación a bajar el ritmo, respirar y sentir.

Mientras colorea, tu hijo o hija puede regular su respiración, relajar su cuerpo y reconocer lo que siente. Permite que el niño guíe la experiencia.

Gracias por acompañar con presencia y amor. La calma también se aprende cuando se modela.

www.crecerconcalma.net

@crecerconcalma2025

Note for Parents & Caregivers

This book was created to offer children a gentle space of calm, safety, and emotional connection. It invites slowing down, breathing, and feeling.

Let your child lead the experience. There is no right or wrong way to color.

Thank you for accompanying with presence and love. Calm is also learned when it is modeled.

www.crecerconcalma.net

@crecerconcalma2025



Respiro despacio
I breathe slowly



Crecer con Calma



Respiro despacio
I breathe slowly



Crecer con Calma



Respiro despacio
I breathe slowly



Crecer con Calma



Respiro despacio
I breathe slowly



Crecer con Calma



Mi cuerpo se relaja

My body relaxes



Crecer con Calma



Mi cuerpo se relaja

My body relaxes



Crecer con Calma



Mi cuerpo se relaja
My body relaxes



Crecer con Calma



Mi cuerpo se relaja
My body relaxes













La calma está aquí

Calm is here



Crecer con Calma

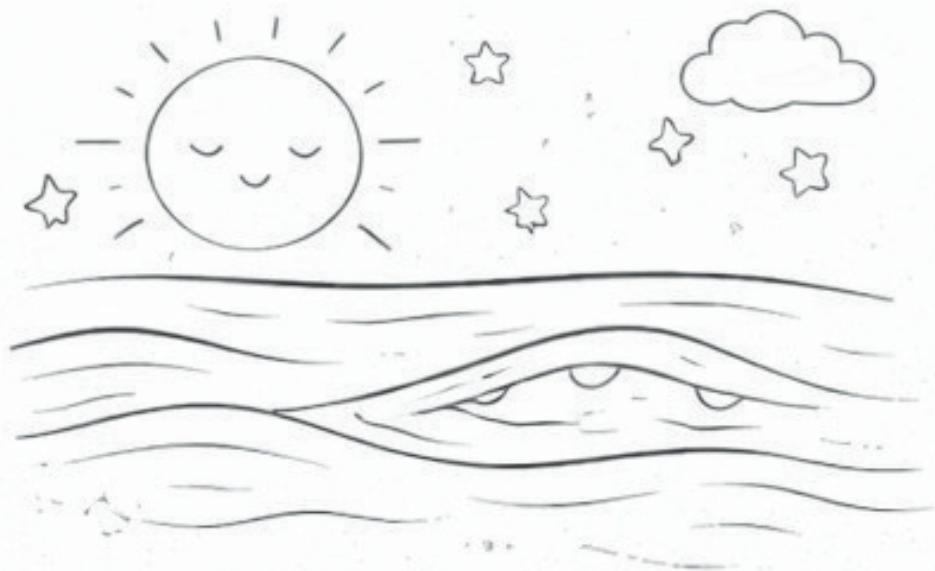


La calma está aquí

Calm is here



Crecer con Calma



La calma está aquí

Calm is here



Crecer con Calma



La calma está aquí

Calm is here



Crecer con Calma



Estoy a salvo

I am safe



Crecer con Calma



Soy amado/a

I am loved



Crecer con Calma