

Livre CD

Auteur(s) : Snel, Eline (1954-...) (Auteur) ;André, Christophe (1956-...) (Préfacier, postfacier...) ;Van Rillaer, Jacques (Traducteur) ;Boutavant, Marc (1970-...) (Illustrateur)

Titre(s) : Calme et attentif comme une grenouille [Document multimédia] : la méditation pour les enfants... avec leurs parents / Eline Snel ; préf. de Christophe André ; trad. du néerlandais par Jacques Van Rillaer ; ill. par Marc Boutavant.

Editeur(s) : Paris : Les Arènes, 2012.

Résumé : Les enfants d'aujourd'hui sont souvent agités, dispersés, stressés. Comment les aider à s'apaiser' Comment leur apprendre à se concentrer' La méditation est un outil simple et efficace. Elle s'adapte parfaitement aux besoins des petits et leur procure des bénéfices immédiats. Ce livre original et pleins de charme propose de brefs exercices pour tous les jours. Il est destiné aux enfants de 5 à 12 ans et à leurs parents.

Notes : Bibliogr. p. [139].

Lien(s) : Traduit de : Stilzitten als een kikker : mindfulness voor kinderen (5-12 jaar) en ouders.

Sujet(s) : Méditation : Ouvrages pour la jeunesse



Exemplaires

Bibliothèque	Espace	Emplacement	Support	Cote	Utilisation	Situation	Date de retour	Consultation
Jacques-Mourichon	Adulte		Livre CD	155.4 SNE	Prêt normal	Sorti	24/06/2023	