

Calme et attentif comme une grenouille, Ton guide de sérénité

Eline Snel

Calme et attentif comme une grenouille, Ton guide de sérénité Eline Snel

Téléchargez et lisez en ligne Calme et attentif comme une grenouille, Ton guide de sérénité Eline Snel

96 pages

Présentation de l'éditeur

La méthode de la grenouille est un entraînement simple et ludique de l'attention. Aujourd'hui, les enfants sont plus agités et plus anxieux. Parents et professeurs leur demandent de se concentrer, mais personne ne leur montre comment faire. Face à leurs émotions, leurs doutes, leurs ruminations, comment s'y prendre ? Eline Snel a un véritable don pour s'adresser aux enfants. Elle réalise ici un cahier unique qui est en quelque sorte la version active de Calme et attentif comme une grenouille, mêlant exercices, histoires, jeux et méditations.

Biographie de l'auteur

Thérapeute néerlandaise, Eline Snel est l'une des pionnières de la méditation pour les enfants. Elle a acquis une renommée mondiale avec sa méthode simple, efficace et bienveillante. Son livre Calme et attentif comme une grenouille est un best-seller traduit dans 33 pays. Marc Boutavant est un auteur et illustrateur que les séries Ariol et Mouk ont rendu célèbre. Il a illustré plus de 40 ouvrages jeunesse. Sara Giraudeau est comédienne, révélation féminine des Molières 2007. Elle est marraine de l'association Le Rire Médecin.

Download and Read Online Calme et attentif comme une grenouille, Ton guide de sérénité Eline Snel

#4AJRY2XUZM6

Lire Calme et attentif comme une grenouille, Ton guide de sérénité par Eline Snel pour ebook en ligne Calme et attentif comme une grenouille, Ton guide de sérénité par Eline Snel Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Calme et attentif comme une grenouille, Ton guide de sérénité par Eline Snel à lire en ligne. Online Calme et attentif comme une grenouille, Ton guide de sérénité par Eline Snel ebook Téléchargement PDF Calme et attentif comme une grenouille, Ton guide de sérénité par Eline Snel Doc Calme et attentif comme une grenouille, Ton guide de sérénité par Eline Snel Mobipocket Calme et attentif comme une grenouille, Ton guide de sérénité par Eline Snel EPub

4AJRY2XUZM64AJRY2XUZM64AJRY2XUZM6