



À LIRE, À VOIR, À ÉCOUTER

Méditer serait-il un jeu d'enfant ?

L'attention et la concentration peuvent-elles se développer sans effort et de manière ludique

avec les enfants de 7-12 ans ?

Oui, avec ce très beau livre, pratique, sensible et illustré.

Seul ou en famille. Explications, exercices, histoires, 13 ateliers...



J'AI RENDEZ-VOUS AVEC LE VENT, LE SOLEIL ET LA LUNE DE J.

BERNARD & L. DUPEYRAT. ED. DE LA MARTINIÈRE. 2016.

95 p. 15 €.