

Auteur : Snel Eline

Titre : Calme et attentif comme une grenouille (NED)

Titre original :

Format : Broché

Collection :

Note : Non défini

Genre :

Code : 2352046416

Numéro :

Taille :

Année de parution : 2017

Maison d'édition : Les Arènes

Date d'achat :

Lieu d'édition :

Prix : 24,80 €

Cote :

Cycle :

Tome :

Localisation :

Pages : 160

Dimensions : 226x145

Poids :

Mots clés :

Résumé : Calme et attentif comme une grenouille n'est pas un livre comme les autres. Les enfants peuvent, comme leurs parents, apprendre à méditer. Un CD interactif qui permet de détendre chacun, même les plus petits : quelle aubaine ! Après un développement rapide aux États-Unis, cette méthode arrive enfin en France. On y découvre des exercices à faire au quotidien qui permettent de mieux maîtriser sa vie et de profiter pleinement de chaque instant.

