



Livre/CD

Auteur(s) : Nielman, Louison (Auteur) ;Manes, Thierry (1978-...)
(Auteur)

Titre(s) : Le grand livre des émotions : un livre-CD pour aider votre enfant à apprivoiser ses émotions / Louison Nielman, Thierry Manes.

Editeur(s) : Paris : Fleurus, 2018.

Collection(s) : (Petit zen : le bien-être des petits).

Résumé : Parfois, les enfants sont submergés par leurs émotions : colère, tristesse, peur, mais aussi immense joie. Ce livre-CD va leur permettre, au moyen d'exercices de sophrologie et de relaxation, d'apprendre à canaliser et à apprivoiser ces émotions qui les dépassent. Une double par émotion avec un exercice décomposé en 4 étapes pour revenir au calme et le coin des parents pour approfondir la réflexion.

Sujet(s) : Émotions chez l'enfant : Ouvrages pour la jeunesse

Relaxation : Ouvrages pour la jeunesse

Indice(s) : J 613.7

Collation : 24 p.. ill.coul., couv. ill. en coul.. 21 cm. 1 d.c



Exemplaires

Support	Bib. actuelle	Section	Localisation	Situation	Cote	Date retour	Code barre
Livre/CD	Neufchâteau	Jeune	prem.lecture	Sorti	J 613.7 NIE	20/12/2024	088120002928 54