



Livre CD

Auteur(s) : Couturier, Stéphanie (Auteur)

Titre(s) : Mon cours de relaxation pour les enfants
[Multimédia multisupport] / Stéphanie Couturier.

Editeur(s) : Paris : Marabout-Hachette livre, DL 2015.

Résumé : Tous les enfants font face à des problèmes de sommeil, à des pleurs inexplicables, à des angoisses que les parents ont parfois du mal à gérer. Malgré tous leurs efforts, il n'est pas facile pour les parents de trouver des solutions. Ils se retrouvent souvent démunis devant le malaise de leurs enfants. Face à ces situations de crise, Stéphanie Couturier a mis en place dans ce livre des exercices de respiration et des balades imaginaires dont le but est de relaxer les enfants en leur apprenant à canaliser leurs émotions négatives, pour en sortir plus forts.

L'ouvrage s'accompagne d'un CD sur lequel elle raconte elle-même ces balades imaginaires, afin de permettre aux parents de les écouter avec leurs enfants.

Sujet(s) : Relaxation : Guides pratiques et mémentos

Education des enfants : Guides pratiques et mémentos

Indice(s) : 613.7



Exemplaires

Corps Nuds Adulte	Documentai 613.7 COU prêt normal	En rayon	Livre CD
-------------------	----------------------------------	----------	----------
