

Livre

**Auteur(s)** : Siaud-Facchin, Jeanne (Auteur)

**Titre(s)** : Tout est là, juste là : méditation de pleine conscience pour les enfants et les ados aussi / Jeanne Siaud-Facchin.

**Editeur(s)** : Paris : O. Jacob, 2014.

**Collection(s)** : (Psychologie).

**Autres** : 1 vol. (397 p.) . 22 x 15 cm . 1 CD audio

**Résumé** : Des conseils pratiques pour pratiquer la méditation en famille, aider les enfants de tous âges à se concentrer et favoriser des relations familiales harmonieuses grâce à la pleine conscience.

**Sujet(s)** : Pleine conscience ;Méditation ;Enfants \*\* Psychologie



Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Documentaires	Documentaires	158.1 SIA	Prêt normal	Disponible	Saint-Brieuc - Camus

---