

**Pistes pédagogiques pour un prolongement du spectacle
« Surya, la petite fille soleil »**



CULTIVER LA PLEINE CONSCIENCE
Mindfulness: la pleine conscience pour enfants
Exercices
David Dewulf

Lu par : Anne Van Rymenam
Traducteur : Sophie Matusitz
2015 - 64 pages

Une histoire originale et ludique, pour apprendre à votre enfant à relever les défis propres à son âge, maîtriser le stress et surfer sur les vagues de la vie grâce à la pleine conscience.