

Vers Plus de Conscience

*Quelques ressources
bibliographiques*

Jeanne
Siaud-Facchin

Tout est là, juste là



CD de méditation
offert

MÉDITATION
DE PLEINE CONSCIENCE
pour les enfants

Odile

SOUS LA DIRECTION DE SIMON GRÉGOIRE,
LISE LACHANCE ET LOUIS RICHER

LA PRÉSENCE ATTENTIVE *mindfulness*

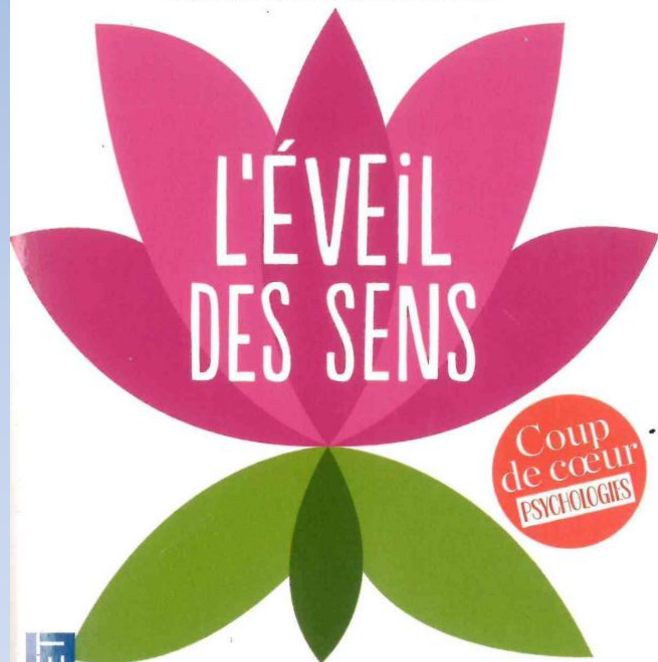
État des connaissances théoriques,
empiriques et pratiques



Presses de l'Université du Québec

Pr JON
KABAT-ZINN

Préface de Matthieu Ricard



POCKET

Vivre l'instant présent grâce
à la pleine conscience

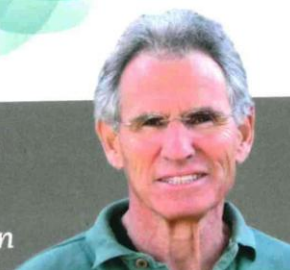
DR JON KABAT-ZINN
Au cœur
de la tourmente,
à pleine conscience

*Le manuel complet de MBSR, ou réduction
du stress basée sur la mindfulness*



Bien
être
JAI
LU

Guérir du stress,
de l'anxiété
et de la douleur
avec la méditation



JACQUES DE COULON

Imagine-toi dans la caverne de Platon...

EXERCICES DE MÉDITATION
À FAIRE AU LYCÉE ET À LA MAISON



PETITE
BIBLIO
PAYOT
PSYCHOLOGIE

MICHELINE FLAK
JACQUES DE COULON

LE MANUEL DU YOGA À L'ÉCOLE

DES ENFANTS QUI RÉUSSISSENT



Eline Snel

CALME ET ATTENTIF COMME UNE GRENOUILLE

Préface de Christophe André



La méditation
pour les enfants...
avec leurs parents

LES ARÈNES

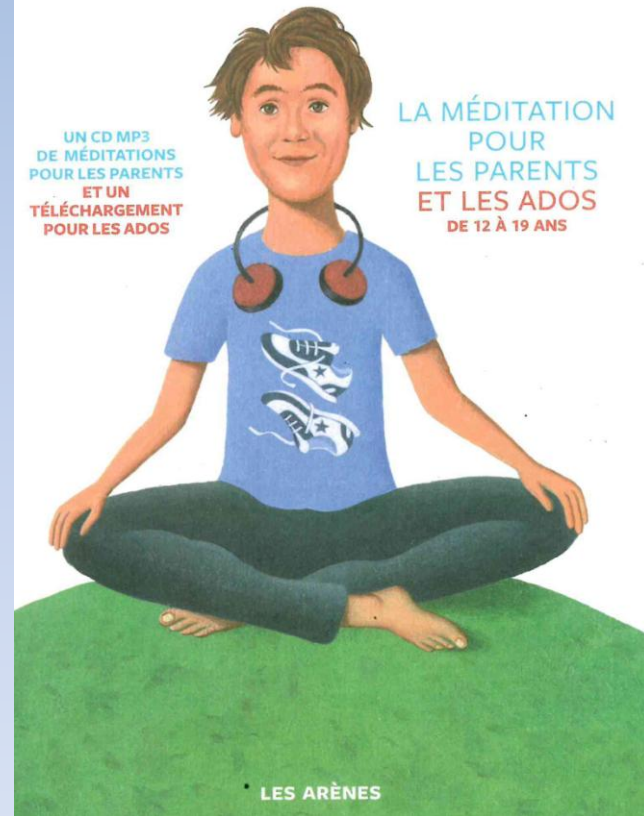
Eline Snel



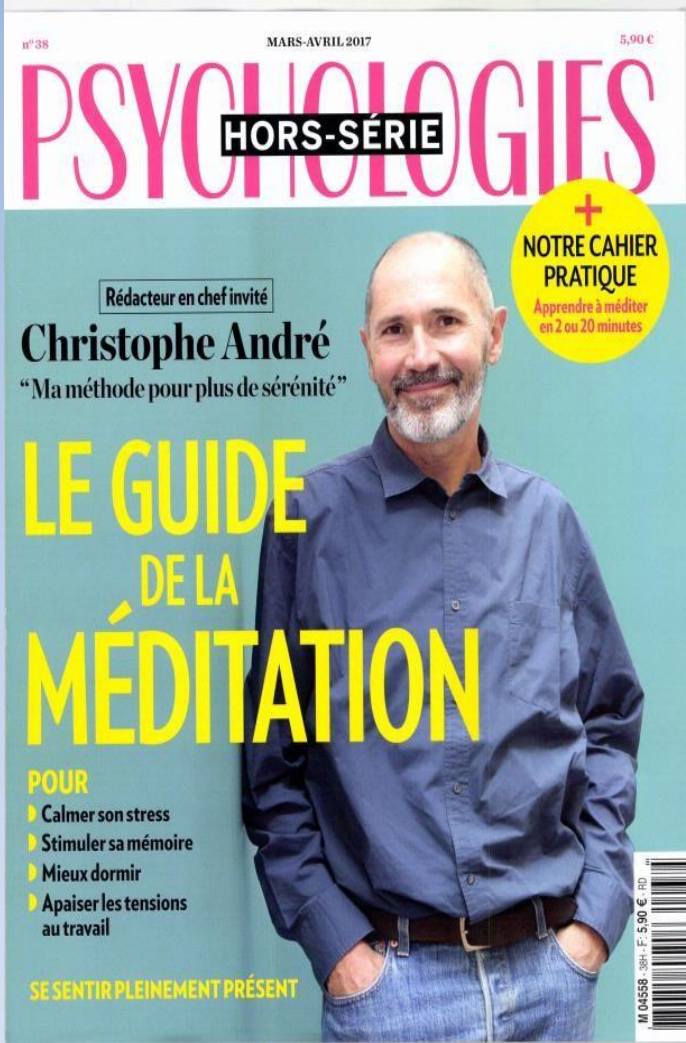
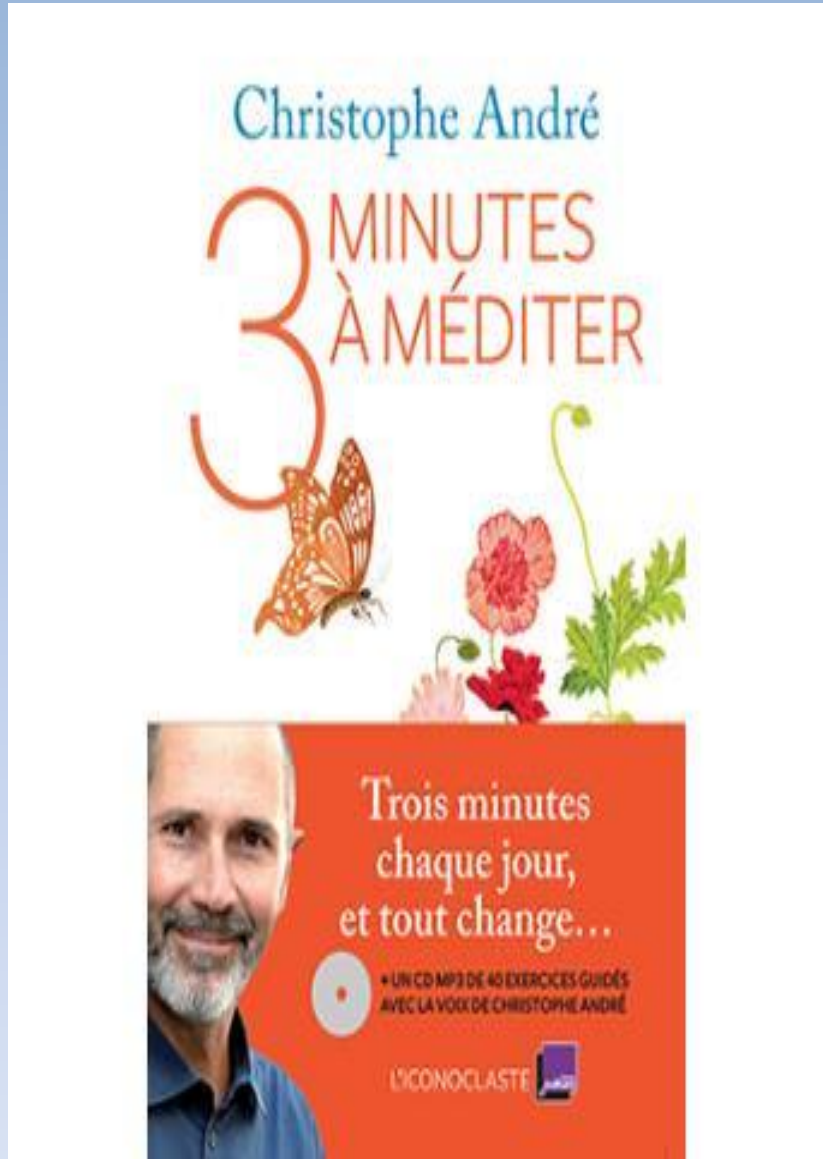
RÉSPIREZ

UN CD MP3
DE MÉDITATIONS
POUR LES PARENTS
ET UN
TÉLÉCHARGEMENT
POUR LES ADOS

LA MÉDITATION
POUR
LES PARENTS
ET LES ADOS
DE 12 À 19 ANS



LES ARÈNES



FRÉDÉRIC
LENOIR

Avec
un CD de
méditations
guidées

Philosopher
et
méditer
avec les enfants



« Maman, quand je
pense que j'ai attendu
d'avoir 7 ans pour
faire de la philosophie ! »

Julien

■ Albin Michel

Dr Jacques Vigne

**Pratique
de la méditation
laïque**

**Une réponse
à la quête de sens**


le Relié