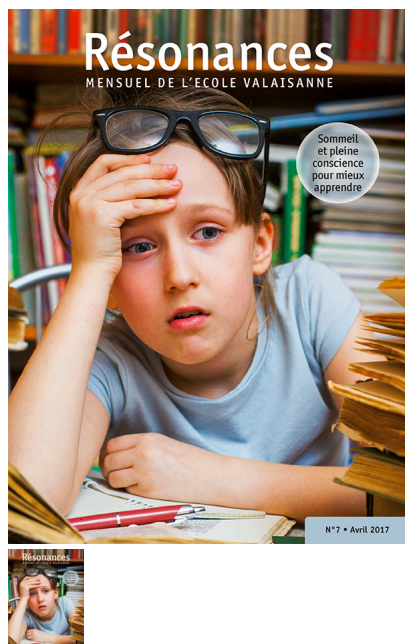


No 07 Sommeil et pleine conscience pour apprendre



Entrer dans l'univers du sommeil...

Rating: Not Rated Yet

Price

Sales price 3,00 CHF

[Ask a question about this product](#)

Description

Ce mois, Résonances vous invite à entrer dans l'univers du sommeil, des pauses et de la pleine conscience, en lien avec les apprentissages. Ce dossier est à découvrir à votre rythme, au réveil, en journée ou avant de vous endormir (dans ce cas, attention toutefois à ne pas lire votre revue en ligne ou sur tablette, car les écrans et l'endormissement ne font pas bon ménage). Vous pouvez aussi prolonger ce bref tour d'horizon d'une bien vaste thématique par d'autres lectures suggérées et/ou l'une des pistes proposées à explorer en classe...