Le monstre des couleurs, docteur des émotions

Auteur(s) Llenas, Anna (Auteur) (Illustrateur)

Titre(s) Le monstre des couleurs, docteur des émotions : et la mallette de régulation émotionnelle / Anna Llenas.

Editeur(s) Grenoble : Glénat jeunesse , DL 2023. ; Grenoble : Glénat jeunesse , DL 2023.

Résumé La petite Nuna se sent barbouillée sans parvenir à identifier ce qu'il se passe. Avec bienveillance, le monstre des couleurs l'aide à mettre des mots sur ses ressentis et ses émotions puis lui propose des remèdes simples tels que respirer profondément, sortir, écouter de la musique, faire des mouvements de yoga, contempler le ciel et s'apaiser avec des activités créatives.

Traduit de : El Monstruo de Colores, Doctor de emociones .

Sujet(s) Emotions

Exemplaires

Section	Jeunesse
Localisation	Parentalité
Cote	A LLE
Situation	sorti
Date retour	08/06/2024
No Volume	
Auteur	Llenas, Anna