



Date : 04/03/2020

Pages : 64

Format cm : 22 x 28

Prix : 8.949999999999999

EAN : 9782401022058

Mon cerveau ce super héros

Auteurs: Nathalie Petit (Texte) - Aurélia Bertrand (Illustrations)

Éditeur : Hatier

Domaine : Jeunesse

Genres : Livre-jeux/livre d'activités - Documentaire

Mots-Clés : Cerveau - Relaxation - Émotions - Cuisine - Errance

Plus de 60 activités ludiques et de nombreuses astuces pour déployer les pouvoirs de son cerveau.

Ton cerveau est un héros ! Grâce à ce cahier, tu vas apprendre à le connaître et à apprivoiser ses super-pouvoirs, par des expériences, des exercices de relaxation et des activités de réflexion. Qui commande dans ta tête ? Qui est le gardien de ta mémoire ? Qui prend le contrôle en cas de danger ? Et pourquoi, parfois, tu as l'impression qu'un yéti se réveille ? Ton cerveau a mille et une astuces pour déployer ses pouvoirs et tu peux même l'aider à gagner en puissance. À toi de découvrir comment, à travers ces 60 activités proposées par Nathalie Petit, coach et formatrice certifiée, à l'approche neurocognitive et comportementale.
