

# **La méditation pour les petits en libre accès, indispensable pour se ressourcer**

**Faites découvrir la méditation aux jeunes : des programmes de méditation jeunesse + programmes de méditation adultes en libre accès, indispensables pour se ressourcer !!**

**On remercie Petit BamBou qui accompagne les adultes sur leur chemin de méditant. À petits pas ou pas de géant, confirmés, débutants, chacun y avance à sa façon.**

**Ils ont eu envie d'apporter leur petite pierre pour accompagner les enfants et les jeunes, qui sont les adultes de demain !**

**[Retrouve les méditations pour enfants gratuites ici](#)**

**J'espère que tu as aimé mon partage, N'hésite pas à poster tes commentaires, tout en haut de l'article**



**Si toi aussi tu veux rejoindre le Club Jeux et Partage et recevoir plein d'idées d'activités et des bons plans gratuits pour les enfants, inscris-toi tout en haut du blog !**

**[Rejoins la communauté Jeux et Partage sur Facebook et retrouve des idées tous les jours !](#)**