

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 !