

# Valise Thématique - Détente et relaxation

**Titre(s)** Valise Thématique - Détente et relaxation / Bibliothèque Départementale des Deux-Sèvres.

**Editeur(s)** Niort : BDDS , 2010.

**Notes** Dans notre univers frénétique, se relaxer est devenu indispensable, et c'est tellement plus agréable en musique ! Voici quelques outils à utiliser en situation ou à l'issue d'une animation, pour instaurer une séquence de calme : des méthodes pour apprendre aux enfants à s'endormir, des exercices de relaxation guidée, de la musique douce pour méditer, planer, se relaxer, des manuels pratiques de musicothérapie, avec indications thérapeutiques, exemples et expériences. - Contient: 1 océan drum 35 cm, 1 bâton de pluie, 4 CD, 1 livre CD, 3 livres. - Tout public.

**Sujet(s)** Relaxation : Méthode

Musique de relaxation

Musicothérapie

**Indice(s)** 613.7

Valeur d'assurance : 200 €

## Exemplaires

Titre	<a href="#">5 relaxations pour apprendre à faire le calme et à s'endormir</a>
Auteur	Manent, Geneviève
Titre	<a href="#">Evoluer par la musique et les cinq éléments</a>
Auteur	Perret, Daniel (1950-....)
Titre	<a href="#">La musicothérapie analytique de groupe</a>
Auteur	Lecourt, Edith
Titre	<a href="#">Voyage au cœur du corps</a>
Auteur	Cournelle, Hélène (1951-....)
Titre	<a href="#">Détente et relaxation</a>
Auteur	
Titre	<a href="#">Expression corporelle, musique et psychothérapie</a>
Auteur	Verdeau-Paillès, Jacqueline
Titre	<a href="#">Valise Thématique - Détente et relaxation</a>
Auteur	
Titre	<a href="#">Relaxation</a>
Auteur	
Titre	<a href="#">Mes premières comptines de relaxation</a>
Auteur	Diederichs, Gilles