



Livres

**Auteur(s)** : Garnier, Stéphane (1974-...) (Auteur); Arbuzova, Victoria (Illustrateur); Hardy, Sébastien (Illustrateur)

**Titre(s)** : Agir et grandir comme un chat : Libre, confiant, indépendant, persévérant, zen... et heureux ! [Texte imprimé] / Stéphane Garnier ; Victoria Arbuzova, Sébastien Hardy.

**Editeur(s)** : Paris : Albin Michel Jeunesse : L'Opportun, DL 2019.

**Résumé** : Adapté du best-seller adulte Agir et penser comme un chat, cet ouvrage qui s'adresse aux 9/12 ans distille des conseils simples et judicieux ; par la voix de Ziggy, un chat attentif, bienveillant et bourré de bons sens, il énonce pour les jeunes des recommandations inspirées. En 18 situations, le chat se fait complice des lecteurs et comme un coach leur apprend à vivre comme un chat : comment devenir charismatique, résister au stress, acquérir de l'autonomie, rester zen, garder sa liberté de penser avec ses amies, vaincre sa timidité, lâcher son portable ou faire patte de velours avec ses parents... En bref, à vivre heureuse comme un chat. C'est joyeux, réconfortant, rassurant pour se projeter dans l'avenir. A partir de 9 ans.

**Notes** : A partir de 9 ans.

**Sujet(s)** : Chat domestique Affirmation de soi Réalisation de soi

**Genre,forme** : Ouvrages pour la jeunesse

**Indice(s)** : J 150



#### Exemplaires

Support	Bibliothèque	Section	Cote	Utilisation	Thème	Genre	Code-barres	Situation	Site propriétaire
Livres	B.d.p	Jeune	J 150 GAR	prêt normal	Psychologie		02463006059974	Sorti	BDP 24
Livres	B.d.p	Jeune	J 150 GAR	prêt normal	Psychologie		02463006411746	Sorti	BDP 24
Livres	Prignonrieux	Jeune	J 158 GAR	prêt normal	Dewey 100		02436100002959	En rayon	CAB