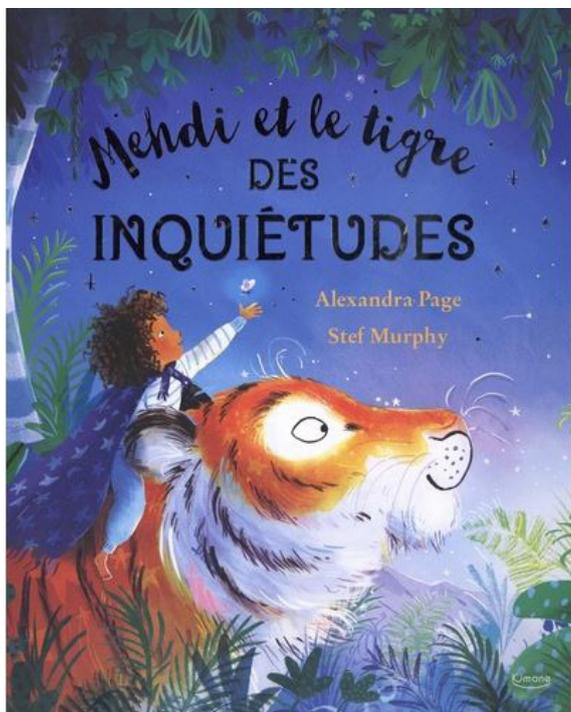


# Le coup de coeur Albums



**Titre : Medhi et le tigre des inquiétudes**

Auteur et illustrateur : Alexandra PAGE, Stef MURPHY

Editions : Kimane

Date de parution : juin 2023

*Medhi doit prendre la parole demain devant toute la classe, ce qui l'inquiète beaucoup. Tout à coup, au fond de sa chambre apparaît le tigre des inquiétudes. Celui-ci va lui apprendre quelques techniques pour éviter d'angoisser.*

« Medhi et le tigre des inquiétudes » est un très bel album sur la confiance en soi avec des techniques toutes simples pour se sentir mieux lorsque le stress arrive. Ces petits exercices sont expliqués grâce au tigre et peuvent facilement être refaits à la maison. Idéal pour les enfants inquiets par la rentrée qui approche ! Cet album vaut également le coup d'œil rien que pour les illustrations qui sont belles, on en prend plein les yeux à chaque page.



Coup de  albums

