



**ANTI STRESS Livre De Coloriage Pour Adultes:  
D'Incroyables Animaux D'Hiver - Pour La  
Relaxation, Meditation, Soulagement Du Stress,  
Calme Et Guérison**



**Télécharger**



**Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# **ANTI STRESS Livre De Coloriage Pour Adultes: D'Incroyables Animaux D'Hiver - Pour La Relaxation, Meditation, Soulagement Du Stress, Calme Et Guérison**

*relaxation4.me*

**ANTI STRESS Livre De Coloriage Pour Adultes: D'Incroyables Animaux D'Hiver - Pour La  
Relaxation, Meditation, Soulagement Du Stress, Calme Et Guérison** [relaxation4.me](#)

 [Télécharger ANTI STRESS Livre De Coloriage Pour Adultes: D'Incroyables Animaux D'Hiver - Pour La Relaxation, Meditation, Soulagement Du Stress, Calme Et Guérison ...pdf](#)

 [Lire en ligne ANTI STRESS Livre De Coloriage Pour Adultes: D'Incroyables Animaux D'Hiver - Pour La Relaxation, Meditation, Soulagement Du Stress, Calme Et Guérison ...pdf](#)

**Téléchargez et lisez en ligne ANTI STRESS Livre De Coloriage Pour Adultes: D'Incroyables Animaux D'Hiver - Pour La Relaxation, Meditation, Soulagement Du Stress, Calme Et Guerison relaxation4.me**

---

130 pages

Présentation de l'éditeur

**NOUVEAU CHAQUE ILLUSTRATION EST SUR UNE FEUILLE SEPARÉE 50 + 6 ANTI-STRESS UNIQUES, ILLUSTRATIONS STIMULANT LA CRÉATIVITÉ COMPREND DES CONSEILS POUR UNE VIE SANS STRESS** APERÇU les 9 premières illustrations du livre à

<http://relaxation4.me/apercu-les-9-premieres-illustrations-du-livre-dincroyables-animaux-dhiver>

*"Le travail de relaxation4.me combine l'art, la positivité et un véritable effort pour faire le bien dans le monde. Ses livres sont un délice conçu pour le plaisir de tous et se détendre."* - Dr. Ben Michaelis, auteur de Your Next Big Thing: 10 Small Steps to Get Moving and Get Happy + Phénomène international et dernière méga tendance !

+ Libérez votre esprit !

+ Soulagement du stress !

+ Colorier aura un effet réparateur, améliore la créativité et est amusant !

+ Les livres à colorier sont en tête des best-sellers internationaux !

+ Ce livre à colorier pour adultes vous sera bénéfique avec des semaines de plaisir à colorier !

+ 50 images étonnantes et magnifiquement conçues des plus célèbres animaux du monde entier de la nature. À côté de beaucoup d'autres, vous trouverez un mignon bébé hibou, une famille de pingouins et un écureuil mangeant une noix.

+ 6 Images supplémentaires !

+ Illustrations particulièrement détaillées et complexes pour les adultes, mais les enfants (plus vieux) vont adorer.

+ Pour les filles et garçons, femmes ou hommes, mesdames et messieurs, grands-mamans et grands-papas !

+ Comprend : 10 Suggestions de magnifiques sons relaxants !

+ Comprend : 10 Messages positifs inspirants !

+ Comprend de très mignons bébés animaux !

+ C'est comme de visiter un zoo !

+ Soyez conscient des animaux sauvages !

+ Chaque illustration est sur une feuille séparée pour éviter de passer au travers !

+ Facile à colorier !

+ Améliore la coordination œil-main !

+ Apaise un esprit anxieux et cultive la conscience d'instant en instant !

+ Augmente la confiance en soi, l'estime de soi et l'amour-propre !

+ Augmente la clarté mentale !

+ Améliore la capacité de concentration intérieure et vous permet de développer plus d'attention !

+ Colorier vous emmènera dans une méditation bouddhiste zen – un état proche de cela !

+ Les dépressions vont commencer à disparaître !

+ Bien-être et yoga pour votre esprit !

+ Thérapie par l'art !

+ Designs uniques faits à la main et dessinés à la main !

+ Créez votre propre art !

+ Est un merveilleux cadeau de Noël, d'anniversaire, de Thanksgiving, de St-Valentin !

+ 130 pages !

+ D'une valeur de plus de \$250 (!) dans ce livre !

+ Anti-stress garanti ! **Qu'est-ce qu'il y a à l'intérieur ?** + Hibou

+ Hibou pigeon

- + Petit loup
- + Loup
- + Bonhomme de neige
- + Cerf
- + Bébé cerf
- + Aigle
- + Écureuil
- + Traîneau
- + Château de glace
- + Pingouin
- + Famille de pingouin
- + Ours polaire
- + Petit ours polaire
- + Phoque
- + Husky
- + Écureuil avec noix
- + Morse
- + Yéti amical
- + Plume
- + Symbole de l'hiver
- + Lynx
- + Dragon d'hiver
- + Lapin
- + Rat
- + Grizzly
- + Caribou
- + Béluga
- + Bison
- + Bébé aigle
- + Épaulard
- + Orignal
- + Albatros
- + Tigre de Sibérie
- + Furet
- + Loutre
- + Capricorne
- + Crâne sibérien
- + Poisson
- + Père Noël
- + Chandelle
- + Colombe
- + Bébé chèvre
- + Cheval
- + Sapin
- + Écharpe
- + Gant
- + Raton-laveur
- + Renard
- + Illustration supplémentaire #1

- + Illustration supplémentaire #2
- + Illustration supplémentaire #3
- + Illustration supplémentaire #4
- + Illustration supplémentaire #5

+ Illustration supplémentaire #6 **PRENEZ VOTRE COPIE MAINTENANT !** Biographie de l'auteur

**4 Avantages de colorier qui enrichiront votre vie** Nous sommes une entreprise passionnée qui cherchent à faire de ce monde un meilleur endroit en valorisant les gens. Songeant sur la façon dont nous pourrions contribuer à rendre ce monde meilleur, nous sommes tombés sur Livres à colorier pour les grandes personnes. Les livres à colorier sont devenues la dernière tendance dans le monde. Mais pourquoi sont-ils aussi célèbres ? Voici les 4 avantages de colorier qui enrichiront votre vie : <sup>1.</sup> Le

coloriage réduit le stress

Le stress est un problème majeur dans le 21ème siècle. Presque tout le monde dans notre société est influencé par lui. Pendant le coloriage, le centre de la peur de votre cerveau – l'amygdale – prend un repos, soulageant le stress et vous serez globalement détendu. <sup>2.</sup> Le coloriage contre votre esprit

Trop d'activités et de choses à faire tentent de capter notre attention à chaque jour. Le coloriage permet au colorieur d'oublier ses soucis, d'être dans le moment présent et de le ressentir. Cet état est semblable à la méditation – le bavardage de l'esprit disparaît et vous serez capable de vous concentrer sur le fait d'exister tout simplement.

1. Le coloriage réduit votre anxiété  
Une illustration en noir et blanc est très facile. Mais, l'ajout de quelques couleurs de l'amygdale la transforme en chef d'œuvre. Tout en relaxant, soulageant et apaisant les couleurs, vous activez et stabilisez le centre de sérénité de votre cerveau. ...

2. Le coloriage contre votre esprit  
Trop d'activités et de choses à faire tentent de capter notre attention à chaque jour. Le coloriage permet au colorieur d'oublier ses soucis, d'être dans le moment présent et de le ressentir. Cet état est semblable à la méditation – le bavardage de l'esprit disparaît et vous serez capable de vous concentrer sur le fait d'exister tout simplement.

Lire ANTI STRESS Livre De Coloriage Pour Adultes: D'Incroyables Animaux D'Hiver - Pour La Relaxation, Meditation, Soulagement Du Stress, Calme Et Guerison par relaxation4.me pour ebook en ligneANTI STRESS Livre De Coloriage Pour Adultes: D'Incroyables Animaux D'Hiver - Pour La Relaxation, Meditation, Soulagement Du Stress, Calme Et Guerison par relaxation4.me Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres ANTI STRESS Livre De Coloriage Pour Adultes: D'Incroyables Animaux D'Hiver - Pour La Relaxation, Meditation, Soulagement Du Stress, Calme Et Guerison par relaxation4.me à lire en ligne.Online ANTI STRESS Livre De Coloriage Pour Adultes: D'Incroyables Animaux D'Hiver - Pour La Relaxation, Meditation, Soulagement Du Stress, Calme Et Guerison par relaxation4.me ebook Téléchargement PDFANTI STRESS Livre De Coloriage Pour Adultes: D'Incroyables Animaux D'Hiver - Pour La Relaxation, Meditation, Soulagement Du Stress, Calme Et Guerison par relaxation4.me DocANTI STRESS Livre De Coloriage Pour Adultes: D'Incroyables Animaux D'Hiver - Pour La Relaxation, Meditation, Soulagement Du Stress, Calme Et Guerison par relaxation4.me MobipocketANTI STRESS Livre De Coloriage Pour Adultes: D'Incroyables Animaux D'Hiver - Pour La Relaxation, Meditation, Soulagement Du Stress, Calme Et Guerison par relaxation4.me EPub

**S8UMGLA9EOWS8UMGLA9EOWS8UMGLA9EOW**