



INSPIRATION ORIENT (CAHIER ANTI-STRESS)

Collectif

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

INSPIRATION ORIENT (CAHIER ANTI-STRESS) Collectif

 [Telecharger INSPIRATION ORIENT \(CAHIER ANTI-STRESS\) ...pdf](#)

 [Lire en Ligne INSPIRATION ORIENT \(CAHIER ANTI-STRESS\) ...pdf](#)

INSPIRATION ORIENT (CAHIER ANTI-STRESS)

Collectif

INSPIRATION ORIENT (CAHIER ANTI-STRESS) Collectif

Téléchargez et lisez en ligne INSPIRATION ORIENT (CAHIER ANTI-STRESS) Collectif

48 pages

Extrait

Comment oublier les petits tracas du quotidien ?

Retrouvez la magie de l'Orient aux mille couleurs, cet ailleurs fascinant source d'inspiration ! Laissez-vous porter par la fluidité de lignes souples et ondulantes, plongez-vous dans le coloriage méticuleux de formes géométriques qui se répètent à l'infini. Chargés d'un contenu symbolique, ces motifs abstraits ou figuratifs puisent leur source dans la nature.

Dans ce cahier, 50 tracés d'inspiration orientale, vous sont offerts afin de les colorier. Choisissez-en un de manière instinctive, au hasard, et lancez-vous. Il n'y a aucune règle : feutres, crayons, gouache, pastels, laissez-vous porter par le choix des couleurs qui s'offrent à vous. Concentrez-vous sur les tout petits détails.

Peu à peu, le calme s'installe, vous ne pensez plus à rien d'autre qu'à votre geste et à un ailleurs exotique. Une belle façon de remettre à zéro un cerveau trop sollicité par les Smartphones et les tablettes !

Vous pouvez aussi compléter les espaces vierges au crayon à papier. Des dessins sont à continuer avec pour seuls guides l'imagination et le hasard. Enfin, pour favoriser la concentration et la méditation, détachez du cahier la (ou les) réalisation coloriée qui vous inspire le plus. Examinez-la dans un lieu calme en laissant vos pensées s'évader.

5 ou 10 minutes de coloriage par jour suffisent pour se relaxer et retrouver le calme ! Présentation de l'éditeur

Comment oublier les petits tracas du quotidien ?

Laissez-vous absorber par la magie de l'Orient aux mille couleurs et plongez-vous dans le coloriage méticuleux de cinquante dessins : formes géométriques ornementales, entrelacs, arabesques... Choisissez-en un au hasard, et lancez-vous, il n'y a aucune règle : feutres, crayons, gouache, pastels... prenez les couleurs qui s'offrent à vous et ne pensez plus à rien d'autre qu'à un ailleurs exotique. Une belle façon de lâcher prise !

5 ou 10 minutes de coloriage par jour pour rester zen !

Download and Read Online INSPIRATION ORIENT (CAHIER ANTI-STRESS) Collectif

#9FS4HRNBOWE

Lire INSPIRATION ORIENT (CAHIER ANTI-STRESS) par Collectif pour ebook en ligne
INSPIRATION ORIENT (CAHIER ANTI-STRESS) par Collectif 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 INSPIRATION ORIENT (CAHIER ANTI-STRESS) par Collectif à lire en ligne.
Online INSPIRATION ORIENT (CAHIER ANTI-STRESS) par Collectif ebook
Téléchargement PDF
INSPIRATION ORIENT (CAHIER ANTI-STRESS) par Collectif Doc
INSPIRATION ORIENT (CAHIER ANTI-STRESS) par Collectif Mobipocket
INSPIRATION ORIENT (CAHIER ANTI-STRESS) par Collectif EPub

9FS4HRNB0WE9FS4HRNB0WE9FS4HRNB0WE