

Mon cahier bien-être à colorier



Et si l'été devenait un moment pour ralentir ?

Avec ce livret, offrez-vous de petites pauses bien-être à travers le coloriage.

Une activité simple, apaisante et accessible à tous, petits et grands.

Colorier aide à se détendre, à se concentrer, et surtout... à profiter du moment présent.

Que vous soyez en vacances ou simplement en quête de calme, prenez quelques crayons, laissez-vous porter par les formes et les couleurs, et respirez.

À vous de jouer... en toute sérénité !











