

Skorzystaliście z przygotowanych
przeze mnie materiałów ?

Będzie mi bardzo miło, jeśli
polubisz profil **BabyPoint**
na Facebooku !



Pozdrawiam !
Oktawia Kilanowska

Czy wiesz?...Badania wykazały, że
kolorowanie poprawia radzenie sobie ze
stresem i jest praktyczną alternatywą dla
oddychania relaksacyjnego. W połączeniu
z technikami oddechowymi, medytacją i
uważnością, prosta czynność kolorowania
może stać się zabawnym, ale ważnym
rytuałem, który poprawia samopoczucie.



















