



Achtsam & Kreativ. Gelassenheit

Über 70 Motive zum Ausmalen und Entspannen

Meditative Motive zum Ausmalen für mehr Gelassenheit

Für kreative Entspannung braucht es nicht viel: bunte Stifte und dieses fantasievolle Ausmalbuch mit **wunderschönen Motiven für Erwachsene** reichen aus und schon können Sie sich viele Stunden lang kreativ beschäftigen. Der meditative Effekt der **über 70 Ausmalbilder** wirkt sich dabei positiv auf Körper und Geist aus. Lassen Sie sich von den vielfältigen Motiven begeistern und kreieren Sie kleine individuelle Kunstwerke.



Entspannung, Kreativität und Achtsamkeit in einem Ausmalblock

Ausmalbilder sind wunderbare Entspannungshilfen. Während des Ausmalens richten Sie Ihre Konzentration auf die verschiedenen Formen und Muster, die Sie mit bunten Farben füllen und können so den Alltag hinter sich lassen. Die **Ausmalblöcke** der "**Achtsam & Kreativ**"-Reihe begeistern durch ihre filigrane Ästhetik und das durchdachte Design: das einseitig bedruckte Papier mit den ästhetischen Malvorlagen ist so hochwertig, dass ein Durchdrücken des Stiftes vermieden wird. Außerdem können die einzelnen Bilder ganz einfach **herausgetrennt** und so **verschenkt** oder als Blickfang an der Wand aufgehängt werden.

- über 70 inspirierende Ausmalbilder
- hochwertiger Ausmalblock mit einzeln heraustrennbaren Seiten
- Kreativität für die Handtasche durch praktisches Mitnahmeformat

Farbenfrohe Entspannung mit dem kreativen Ausmalblock für Erwachsene. Verbringen Sie achtsame und kreative Stunden mit den abwechslungsreichen Ausmalbildern.

Achtsam & Kreativ. Gelassenheit

Über 70 Motive zum Ausmalen und Entspannen

ISBN 978-3-8310-4464-1

72 Seiten, 172 x 172 mm

Über 70 Illustrationen

€ 9,95 (D) / € 10,30 (A)