

Link do produktu: <https://www.taniosat.pl/antystresowa-eksluzywna-kolorowanka-ksiazka-mandala-128-stron-140gsm-motyl-p-18133.html>



ANTYSTRESOWA EKSLUZYWNA KOLOROWANKA KSIĄŻKA MANDALA 128 STRON 140GSM MOTYL

Cena	22,88 zł
Waga produktu z opakowaniem jednostkowym	1
Szerokość produktu	25
Wysokość produktu	25
Okładka	laminowana
Wydawnictwo	DecoTime
Tytuł	Kolorowanka dla dorosłych Mandala
Autor	128 str
Nośnik	książka papierowa
Rok wydania	2025
Język publikacji	polski
Gatunek	Kolorowanki, malowanki i wycinanki
Przedział wiekowy	dla dzieci z klas I-III (6-9 lat)
Liczba stron	128
ISBN	5906301642244
Bohater / Bajka	brak

Opis produktu

Kolorowanka z mandalami

Craft Sensations dla dzieci i dorosłych 128 stron.



KOLOROWANKA

FLOWER

prod: DecoTime

- **128** stronicowa
- format ok **25x25 cm**
- motywy: mandala
- piękne obrazki na każdej stronie
- dużo detali
- gramatura: **140gsm**
- Papier z certyfikatem FSC®: drewno pozyskiwane w sposób zrównoważony

-
- dwustronny druk
 - Idealna do kredek

Na wiele godzin kolorowania dla starszych i młodszych zapaleńców

Uwolnij się od wszystkiego i odpręż się całkowicie dzięki kolorowaniu obrazków dla dorosłych.

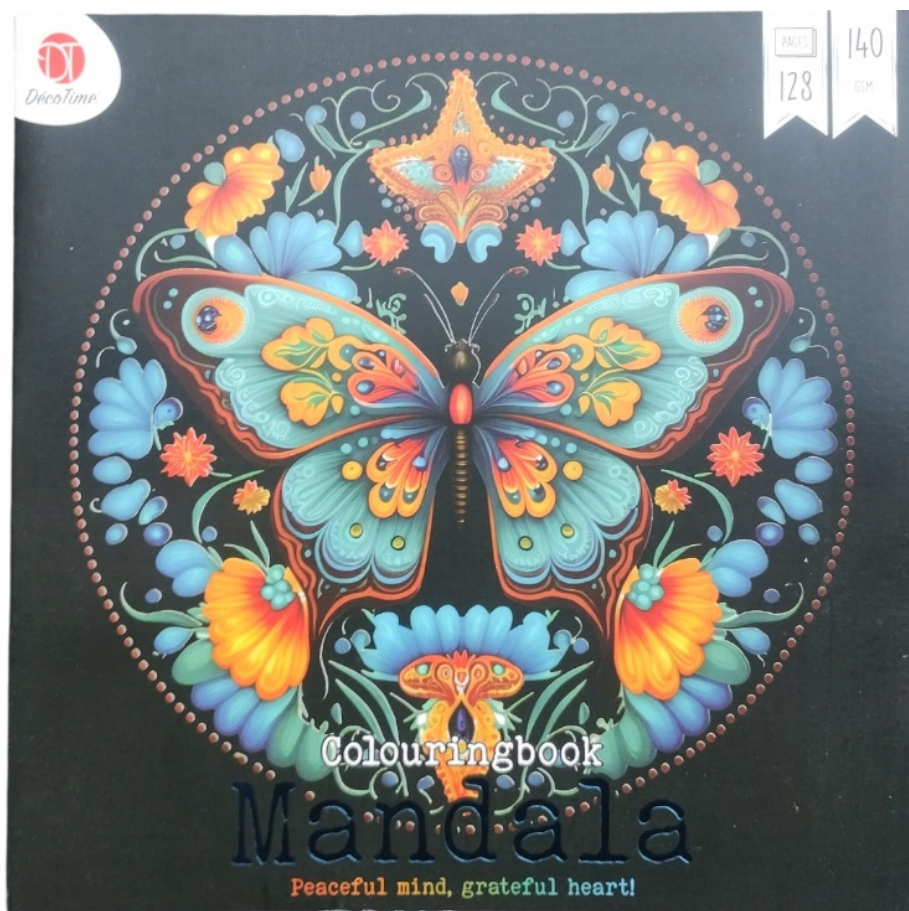
Kolorowanka jest idealna dla dzieci, młodzieży oraz dla dorosłych

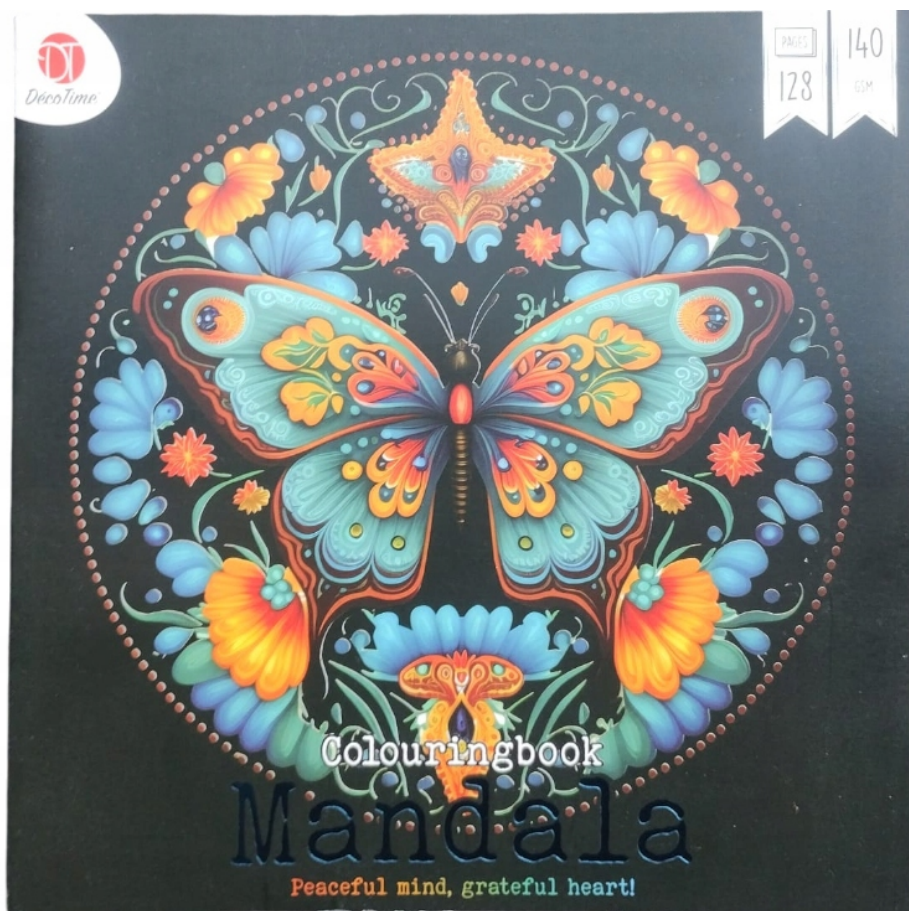
Ta wspaniała kolorowanka DécoTime zawiera strony z różnymi detalami do kolorowania o wyjątkowej tematyce.

Odkrycie wspólną pasję do relaksu i kreatywności!

Ta obszerna kolorowanka antystresowa została stworzona z myślą o dzieciach i dorosłych, oferując długie godziny wyciszenia i twórczej zabawy.

Zanurczcie się w świecie skomplikowanych wzorów i pięknych portretów zwierząt, które pomagają obniżyć poziom stresu i poprawić koncentrację.





- **ZABIERZ JĄ WSZĘDZIE** Kompaktowy format kolorowanki sprawia, że z **łatwością zmieścisz ją w torebce, plecaku czy torbie podróżnej**. Dzięki temu możesz **zabrać ją ze sobą** w podróż, na wakacje, do szkoły lub pracy. → **Relaks i kreatywność zawsze pod ręką!**
- **Dla Małych i Dużych Artystów:** Różnorodność wzorów sprawia, że jest to idealna pozycja do wspólnego spędzania czasu. Od prostszych linii dla dzieci, po złożone mandale zwierzęce dla dorosłych.
- **Ogromna Objętość:** Zawiera aż 128 stron wypełnionych unikalnymi wzorami , co gwarantuje, że inspiracja nie skończy się szybko.
- **Wysoka Gramatura Papieru:** Użyto papieru o wysokiej gramaturze. Taki papier jest znacznie grubszy niż standardowy, co minimalizuje ryzyko przebijania koloru na drugą stronę (przy użyciu kredek lub suchych pisaków).



- **Redukcję stresu** i napięcia.
- Poprawę **koncentracji** i precyzji ruchów.
- Rozwój **kreatywności** i poczucia estetyki.

Kolorowanie mandali ma działanie uspokajające oraz wspomagające koncentrację. To idealne połączenie działań twórczych i relaksu. Na dodatek dostępne w każdej chwili.



TWOJA DROGA DO **LEPSZEJ** **ŚWIADOMOŚCI**



Odpoczynek i
relaks



Uwolnij swój
umysł



Połącz się
głęboko

Kolorowanka antystresowa posiada **wzory bardziej skomplikowane** co zmusza do skupienia się na poszczególnych, nawet na najdrobniejszych elementach. Ta czynność ma świetne działanie na **poprawę koncentracji** a wykonywanie jej jest **bardzo relaksujące i odprężające!**

Idealny pomysł na spędzenie wolnego czasu po pracy bądź szkole!

GRUBY PAPIER

WYSOKA JAKOŚĆ WYDRUKU

Kartki wykonano z **grubego, dobrej jakości papieru**, który doskonale współgra zarówno z kredkami, jak i flamastrami czy żelopisami.

Rysunki **nie przebijają na drugą stronę**, dzięki czemu każda mandala zachowuje estetykę.

→ **Komfort pracy bez obaw o zniszczenie wzorów.**

Kolorując obrazek, musisz właściwie trzymać marker lub kredkę, odpowiednio nimi poruszać oraz mieścić się w określonych obszarach, **co poprawia Twoje zdolności motoryczne.**

□ Trenuję cierpliwość

Staranne pokolorowanie motywu może wymagać sporo czasu i cierpliwości z Twojej strony. Jest to **doskonały trening**

skupienia.

□ Poprawia koncentrację

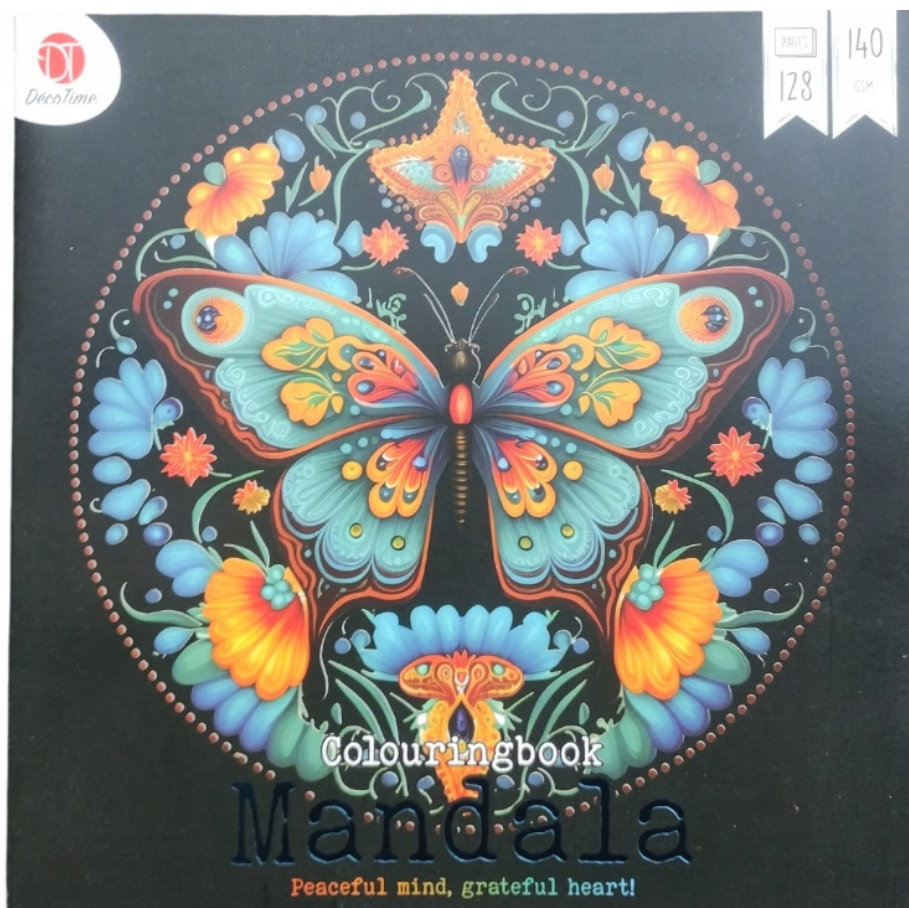
Koncentracja na najmniejszych detalach pozwoli Ci się **odprężyć oraz odciąć od rodzinnej rutyny**, koncentrując umysł na danej czynności.



Zielone słońce czy czerwona trawa są dowodem na wielką wyobraźnię. Nie musisz trzymać się ściśle określonych wzorów, możesz dowolnie eksperymentować i **samodzielnie decydować o doborze barw**, co pomoże Ci rozwijać **umiejętność kreatywnego myślenia**.

Relaks

Projektowanie i kolorowanie mandali pomaga nam skupić uwagę. To doskonałe ćwiczenie łagodzące uczucie stresu i oczyszczające umysł. Mandale uwalniają nas od zmartwień, pomagają skoncentrować się na teraźniejszości, a tym samym są potężnym narzędziem relaksacyjnym.



Korzyści z kolorowania

- Zwiększa koncentrację i kreatywność
- Przynosi spokój i ukojenie
- Odpręża i relaksuje
- Poprawia zdolności motoryczne
- Trenuje cierpliwość

Głębokie połączenie

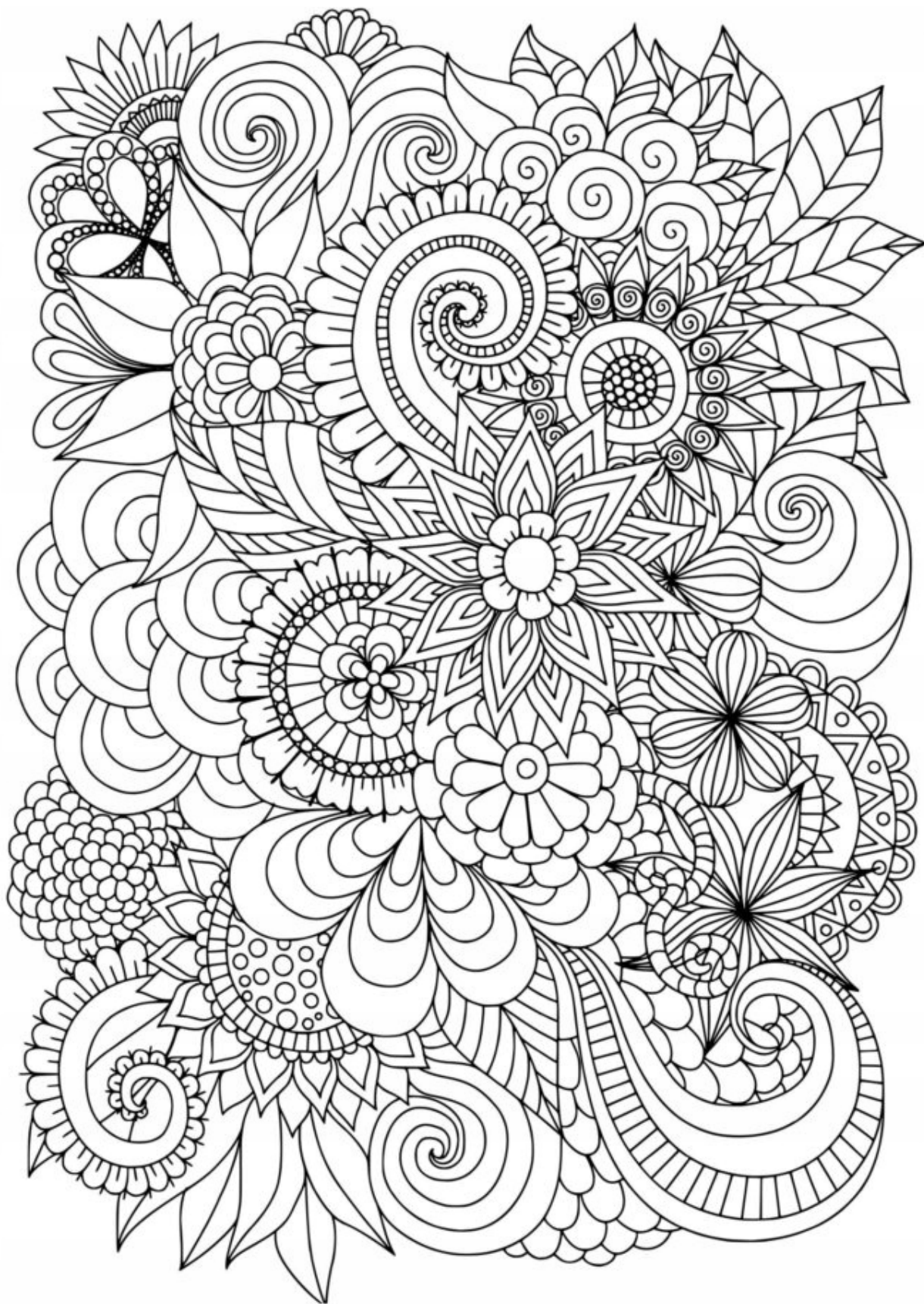
Mandale pomagają nam połączyć się z naszym wnętrzem i promują w ten sposób samowiedzę. To wspaniałe ćwiczenie refleksji, które pomaga nam odnaleźć swoje miejsce w świecie i w relacjach. Te przepiękne mandale zachęcają nas do połączenia się z najgłębszymi siłami nas samych i wszechświata poprzez energię, jaka płynie przez każdy kształt i kolor.

Jak dowodzi jedno z przeprowadzonych badań, mandale są formą medytacji, która pomaga skupić uwagę. Energia przepływająca przez ich kształt i kolor przekształca negatywne aspekty w pozytywne i pomaga nam osiągnąć wewnętrzną równowagę.

Dlaczego warto korzystać z antystresowych kolorowanek ?

- polepsza wewnętrzną równowagę
- uspokaja nas
- pozwala się zrelaksować
- uczy koncentracji
- oczyszcza umysł
- wzmacnia intuicję
- uczy skupienia i zdolności manualnych
- poprawia kreatywność

Kolorowanka jest idealna dla dzieci, młodzieży oraz dla dorosłych



Najsłodsze, najprzytulniejsze i najbardziej wychillowane obrazki czekają, aż wypełnisz je kolorami.

Nadaj im niepowtarzalny charakter, tworząc małe dzieła sztuki.

Kreatywność

Mandale rozwijają naszą kreatywność i zachęcają do swobodnego projektowania. Przecież tak naprawdę możesz narysować, co chcesz. Mandale ułatwiają proces twórczy i są źródłem nowych pomysłów.

Element terapeutyczny

Psychologia uznała mandale za elementy terapeutyczne. Szwajcarski psycholog zasugerował, że jest to reprezentacja naszych umysłów, które ułatwiają koncentrację, transformację i asymilację nieświadomych aspektów. Zasugerował, że to, co czujemy i myślimy, możemy przenosić właśnie na mandale. Mandale poprawiają naszą pamięć, uwagę, percepcję i koordynację wzrokowo-ruchową.



Wyrażanie siebie

Nasz życie jest pełne wznoszeń i upadków. Często potrzebujemy przestrzeni, w której możemy dać upust swoim emocjom. Przestrzeni, w której możemy wyrzucić trudne doświadczenia. Oczywiście możemy porozmawiać z zaufaną osobą, ale i równie dobrze możemy wyrazić siebie właśnie poprzez mandale. Sztuka jest doskonałym narzędziem do akceptowania, wyrażania i przekształcania naszych trudnych stanów emocjonalnych. To bardzo przydatny sposób radzenia sobie z uczuciami i emocjami.

Odpoczynek

Kolorowanie mandali sprawia, że racjonalna część mózgu, czyli lewa półkula, pracuje intensywniej. Z kolei część twórcza, czyli prawa półkula może być mniej nadaktywna. Podczas malowania mandali prawa i lewa półkula łączą się na tym samym poziomie, co potwierdza jedno z przeprowadzonych badań.



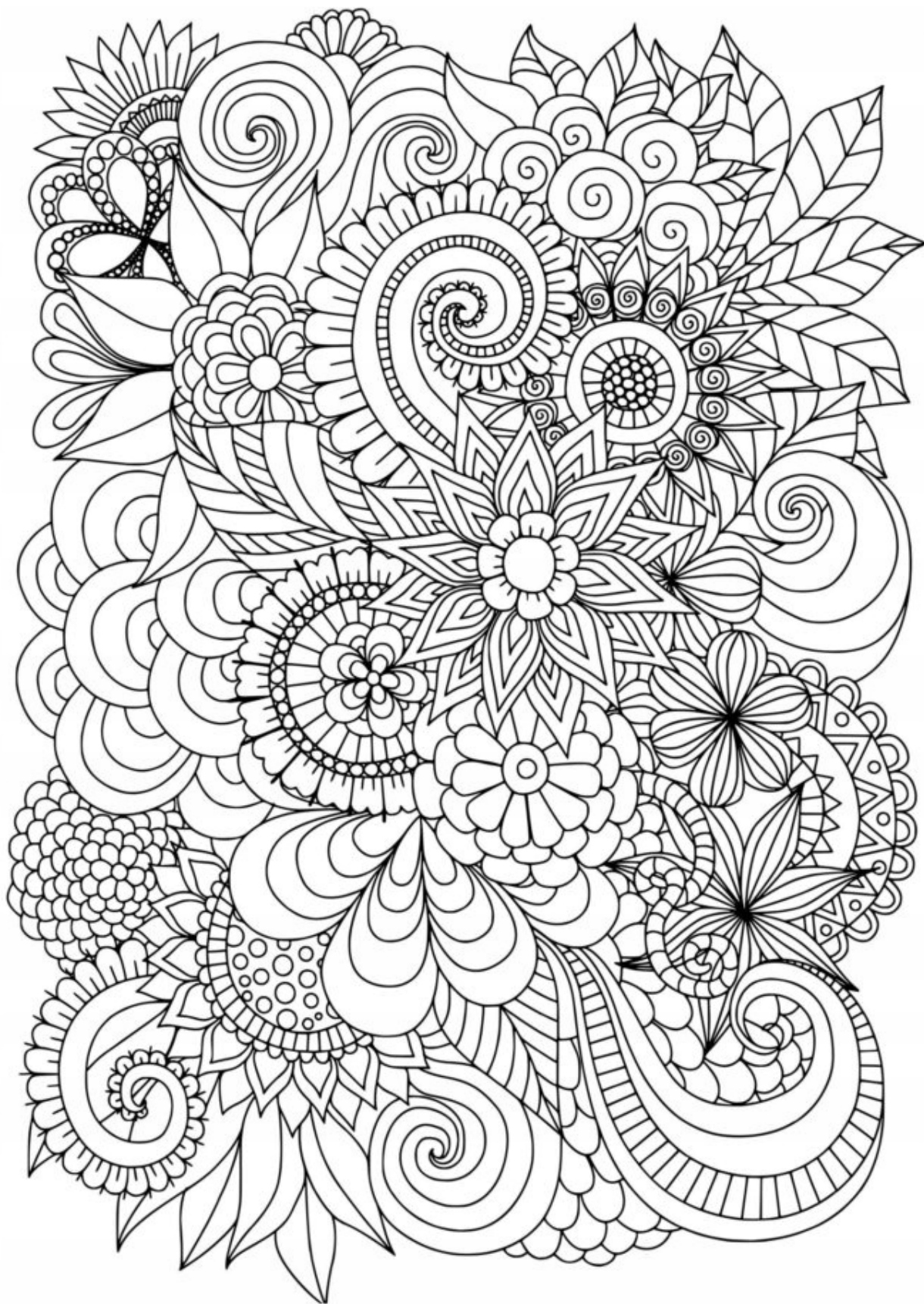
Układ odpornościowy

Kto by pomyślał, że malowanie mandali nie tylko przyczynia się do poprawy stanu psychicznego, ale także pobudza układ odpornościowy. Jak sugeruje jedno z badań, kolorowanie mandali poprawia koncentrację, zmniejsza ból i korzystnie wpływa na sen.









Zapoznaj się z naszymi innymi kolorowankami

Poniżej zdjęcia poglądowe zapraszamy





