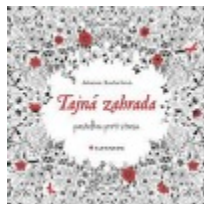


# Tajná zahrada - pastelkou proti stresu



[Johanna Basford](#)

Tajná zahrada - pastelkou proti stresu -  
Johanna Basford ke stažení PDF Na každé  
stránce se skrývají drobná stvoření, čekající  
na objevení. Některé části zahrady můžete  
vytvořit a nakreslit vlastní rukou tak, jak si je  
představujete. Vybarvování a kreslení je  
pomalá, relaxační a meditativní činnost.  
Myšlenky se vám zpomalí, zbavíte se stresu a  
napětí, zklidníte se a naberete síly na další  
den.

