

## Les vertus du sourire...

Sourire rend attirant :

Une personne souriante est toujours séduisante.

On souhaite connaître la raison de ce sourire...

Le bien-être est attirant.

Grimacer, repousse

Sourire, attire.

Sourire met de bonne humeur

La prochaine fois que vous vous sentirez un peu déprimé,

Forcez-vous à sourire.

Il y a de grandes chances que votre état d'esprit

change en même temps.

Ça marche dans les deux sens :

Être heureux vous fait sourire

Et sourire rend heureux.

Le sourire est contagieux.

Lorsque quelqu'un sourit, il irradie,

Son effet se répercute sur les autres.

Une personne souriante apporte toujours un petit « plus ».

Souriez beaucoup,

Et les gens rechercheront votre compagnie.

Sourire soulage du stress.

Le stress laisse des traces sur le visage...

Sourire nous empêche d'apparaître fatigué, épuisé

Quand vous êtes stressé, prenez le temps de sourire.

Sourire stimule notre système immunitaire

Sourire aide le système immunitaire à mieux fonctionner.

... Evitez la grippe et les rhumes en souriant !

Sourire abaisse la tension artérielle

Quand vous souriez, votre pression artérielle diminue...

Essayez à la maison si vous avez le matériel.

Sourire est une drogue douce

Sourire relâche des endorphines,

des sérotonines et des calmants naturels.

Les études ont démontré que sourire

libère ces substances de manière naturelles

Et qu'elles sont responsables de la sensation de bien-être.

Sourire conserve la jeunesse.

Sourire est un lifting naturel et rend plus jeune.

Les muscles utilisés pour sourire dissipent les rides.

Pas de botox ou de chirurgie,

Souriez et restez jeunes.

Sourire donne l'impression d'avoir du succès.

Les gens souriants semblent être plus confiants.

Souriez pendant vos rendez-vous et vos réunions

Et les gens réagiront différemment avec vous.

Sourire vous aide à rester positif

Essayez ceci : souriez !

Maintenant, essayez de penser à quelque chose de négatif

Difficile n'est-ce pas ?

Quand on sourit, notre corps envoie ce message :

« La vie est belle » !