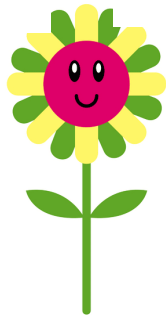
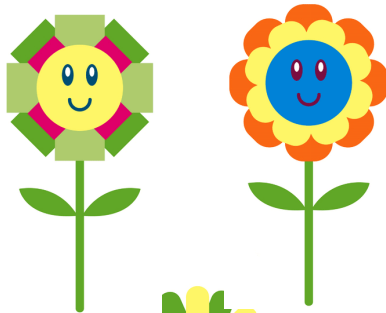
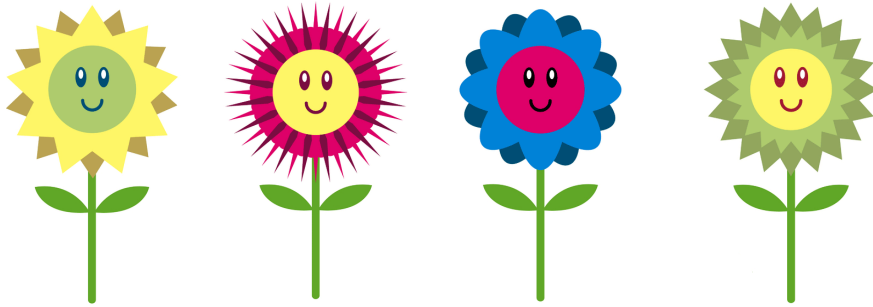


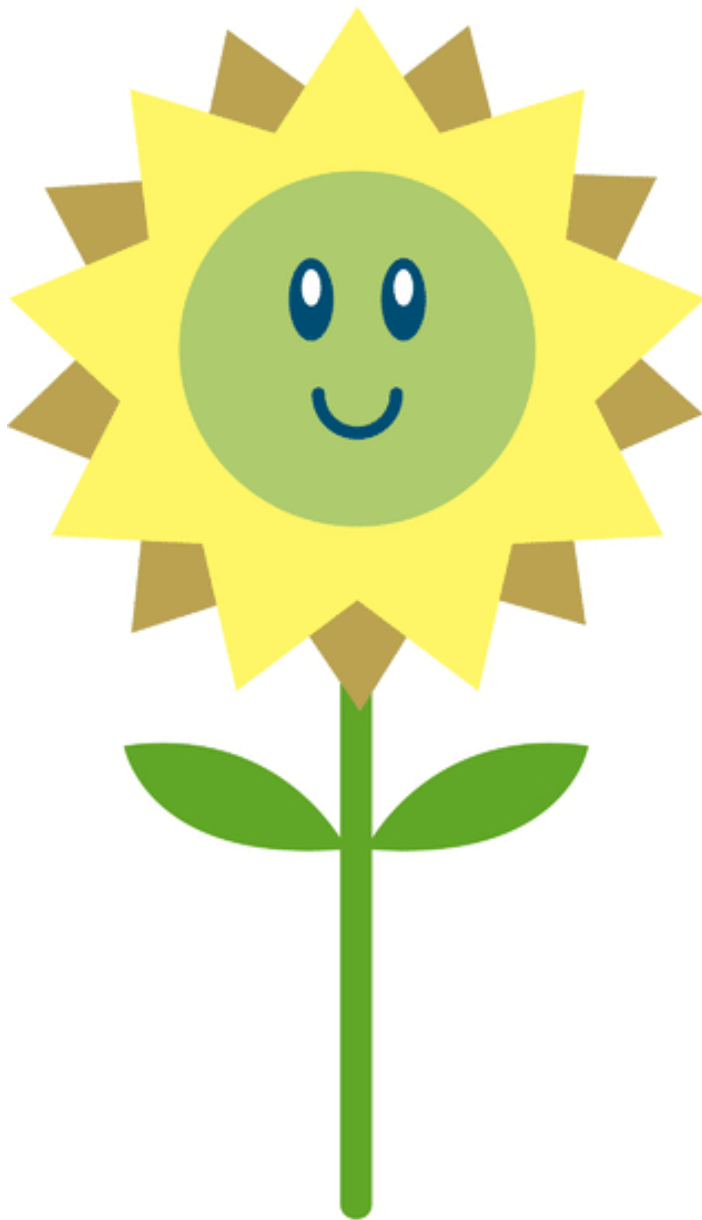
Cliquez pour avancer



Les dix vertus du sourire

« Le bonheur est un choix,
et sourire aide à le faire. »

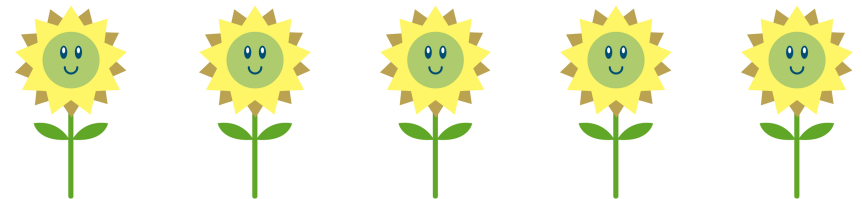
Mark Stibich



Sourire rend attirant

Une personne souriante est
toujours plus séduisante.
C'est un facteur indéniable.
On souhaite connaître la
raison de ce sourire.

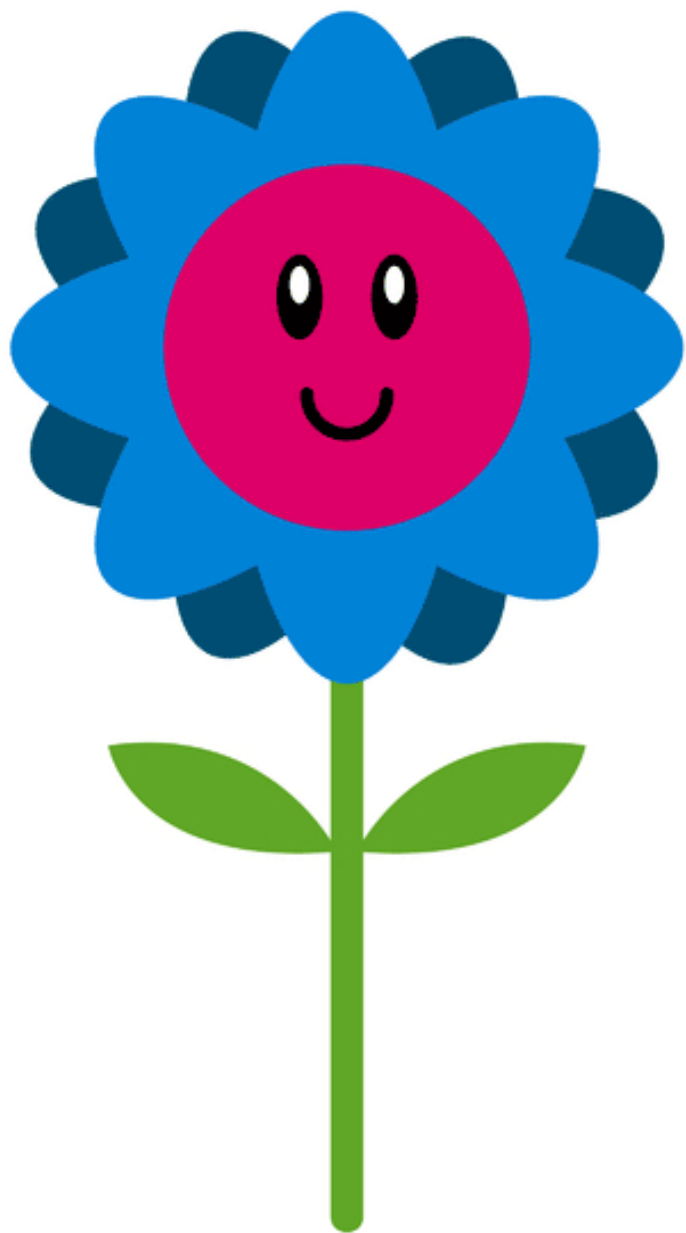
Le bien-être est attirant.
Grimacer repousse,
sourire, attire.



Sourire met de bonne humeur

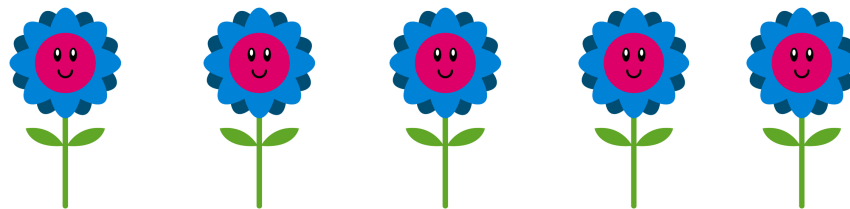
La prochaine fois que vous vous sentirez un peu déprimé, forcez-vous à sourire. Il y a de grandes chances que votre état d'esprit change en même temps. Ça marche dans les deux sens : être heureux vous fait sourire et sourire vous rend heureux.





Le sourire est contagieux

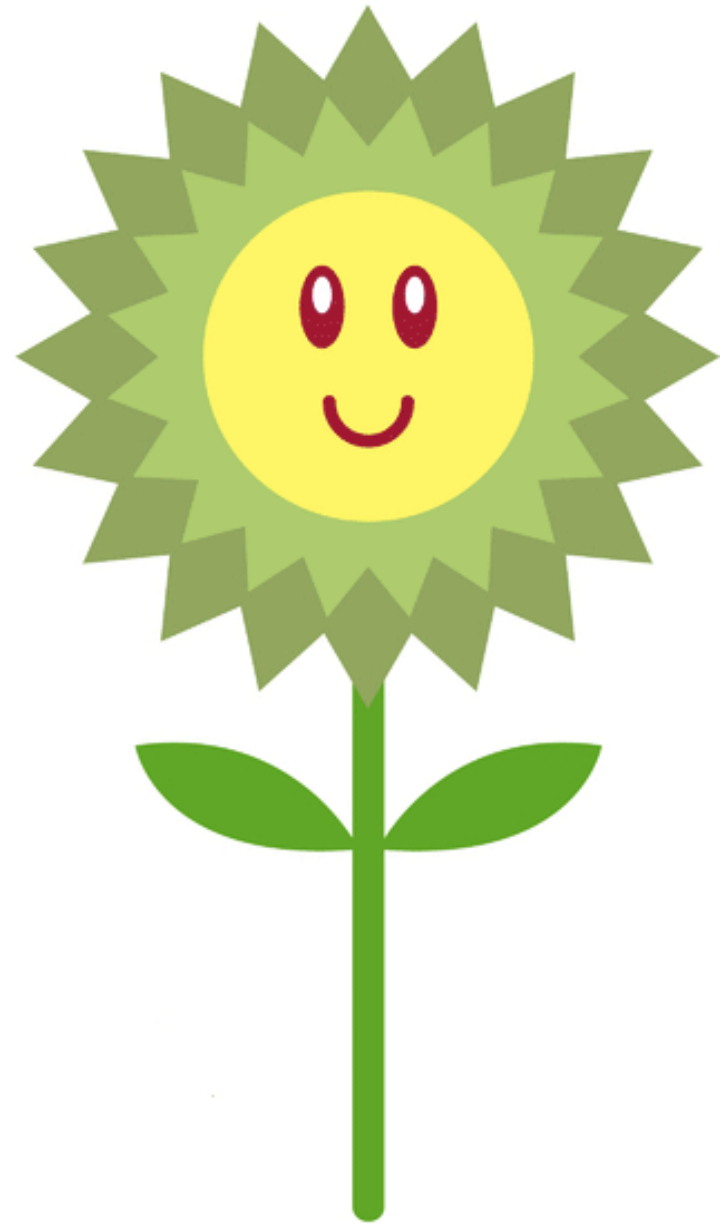
Lorsque quelqu'un sourit, il irradie. Son effet se répercute sur les autres. Une personne souriante apporte toujours un petit « plus ». Souriez beaucoup, et les gens rechercheront votre compagnie.

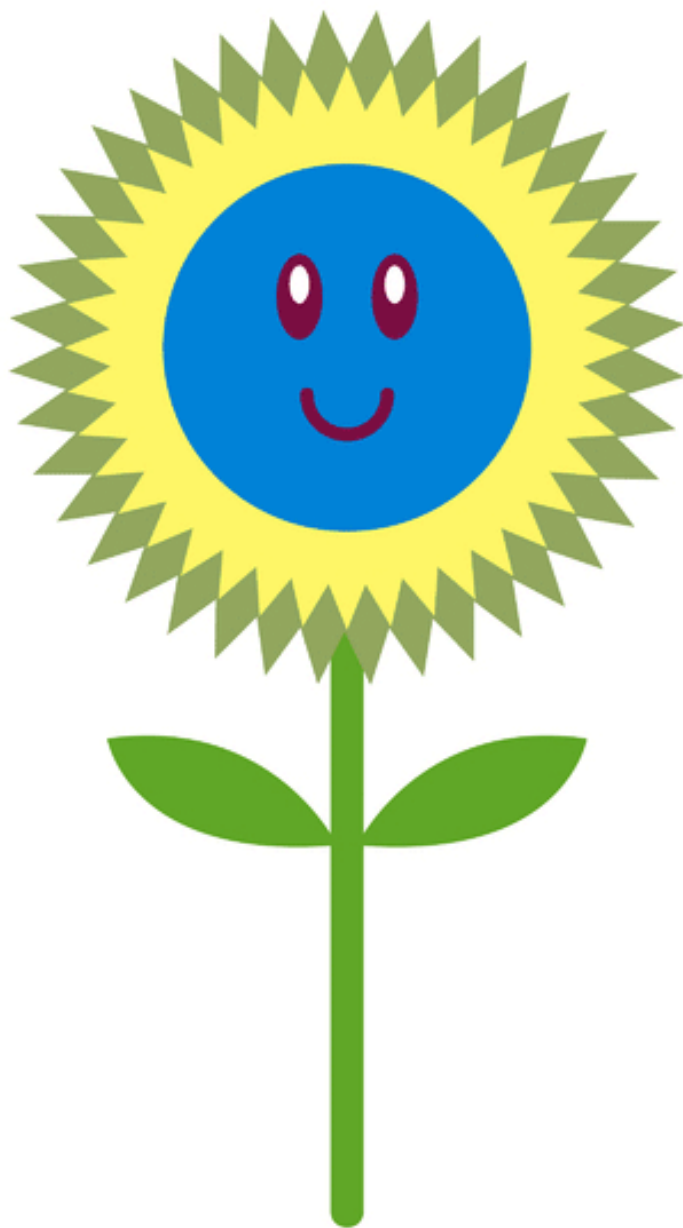


Sourire soulage du stress

Le stress laisse des traces sur le visage. Sourire nous empêche d'apparaître fatigué, épuisé.

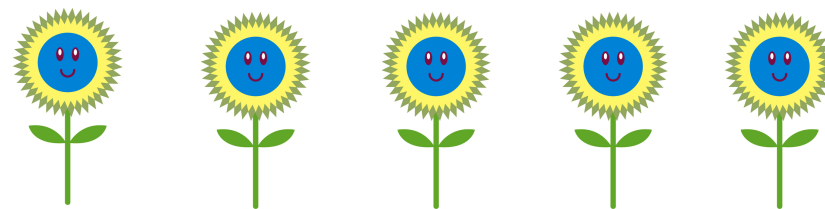
Quand vous êtes stressé, prenez le temps de sourire.





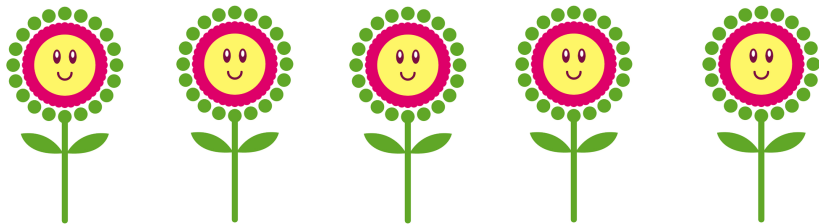
Sourire stimule notre
système immunitaire

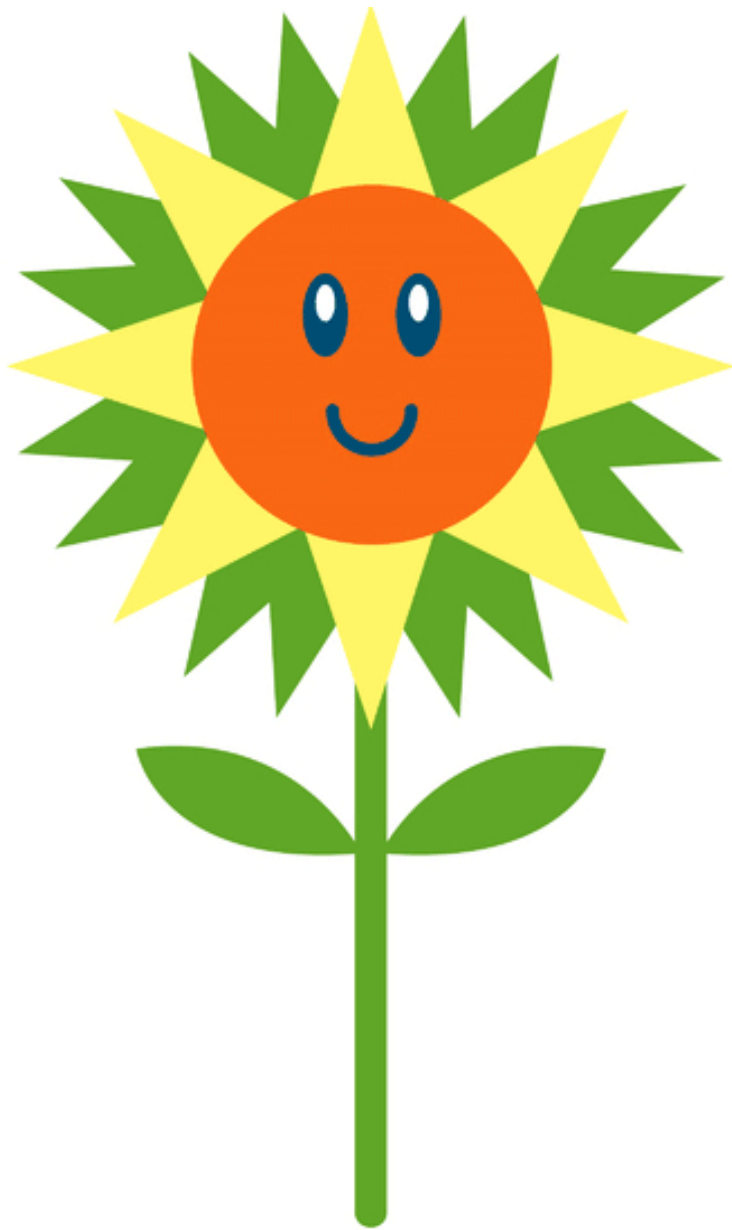
Sourire aide le système
immunitaire à mieux
fonctionner. Évitez la grippe
et les rhumes en souriant.



Sourire baisse la tension artérielle

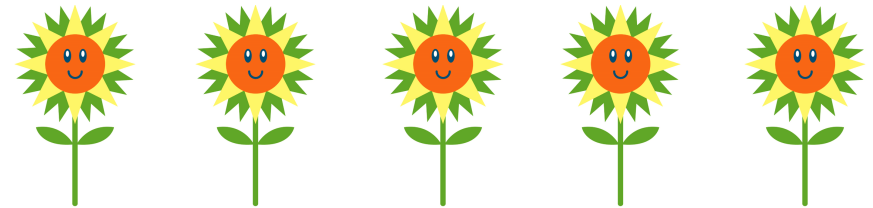
Quand vous souriez, il y a
une réduction notable de
la pression artérielle.





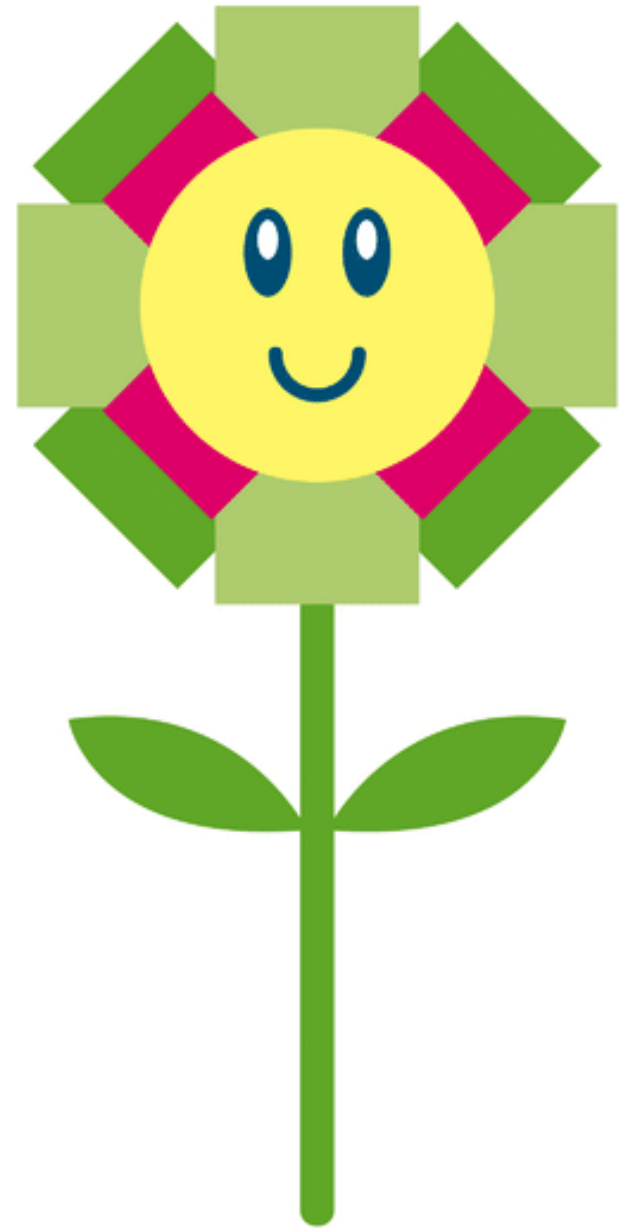
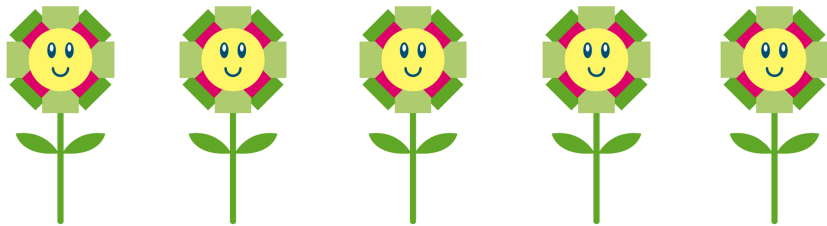
Sourire...

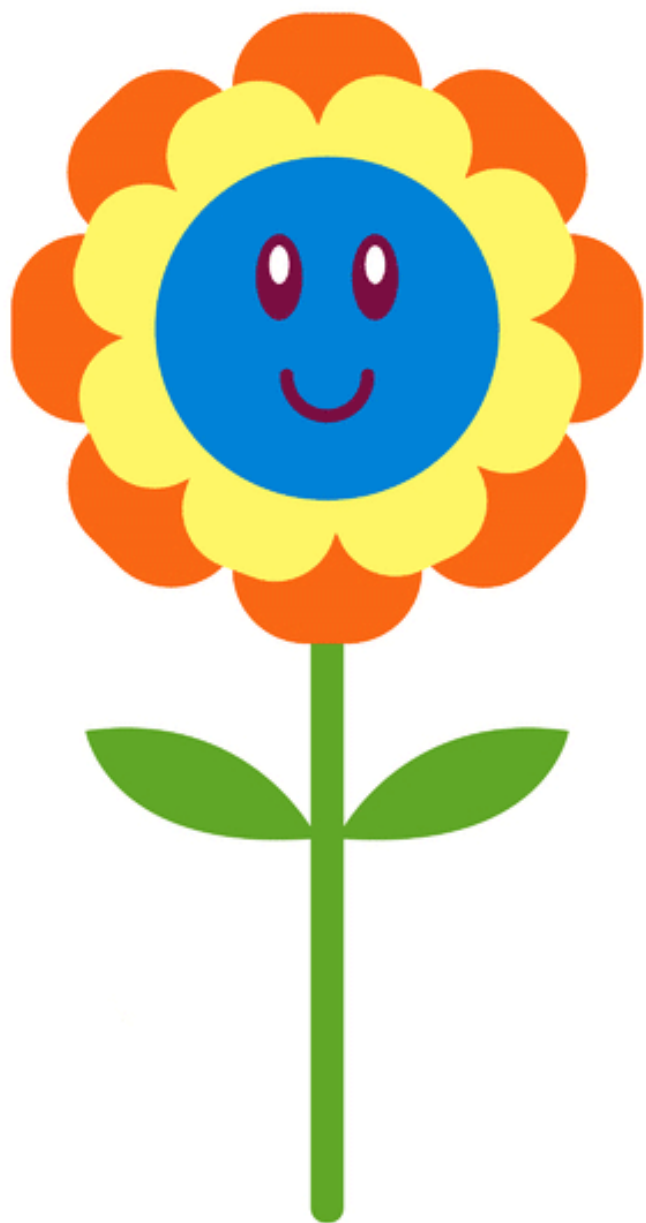
Sourire relâche des endorphines, sérotonines et des calmants naturels. Les études ont démontré que sourire libère ces substances de manière naturelle et qu'elles sont responsables de la sensation de bien-être.



Sourire conserve la jeunesse

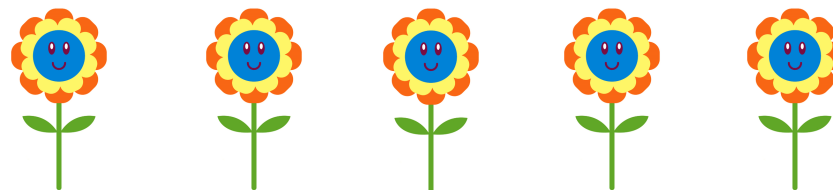
Sourire donne un lifting
naturel et rend plus jeune.
Les muscles utilisés pour
sourire dissipent les rides et
rendent plus jeune. Souriez
plus et restez jeune.





Sourire donne l'impression d'avoir du succès

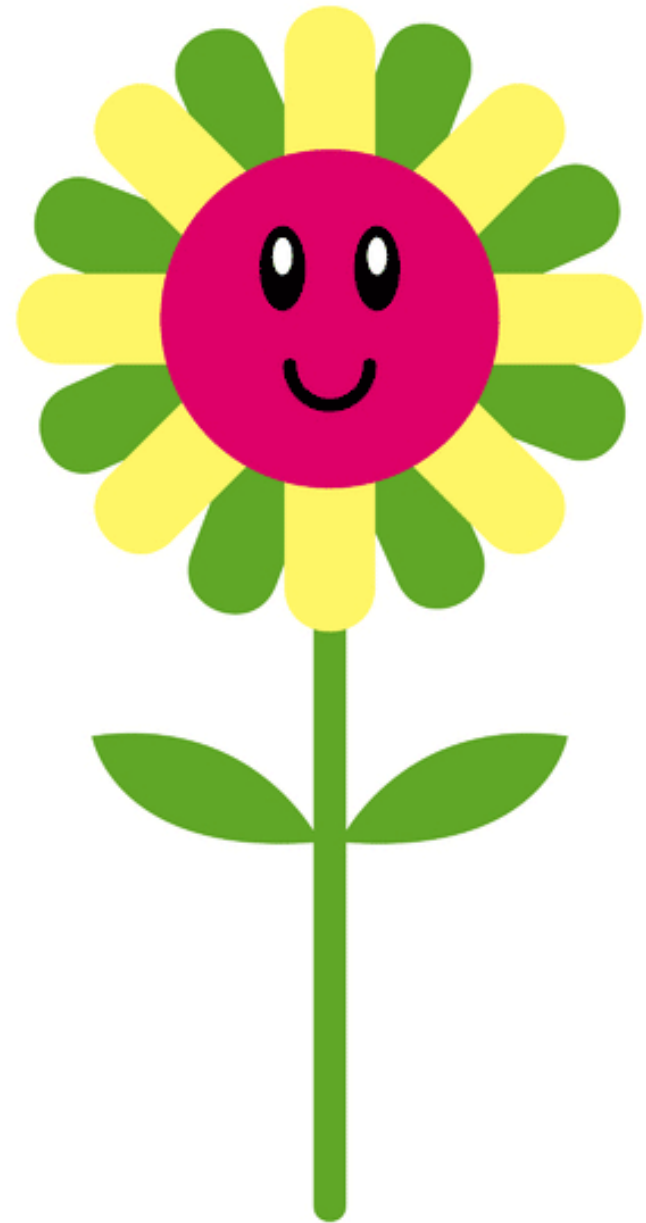
Les gens souriants semblent être plus confiants, ont plus de chance d'avoir une promotion et d'être approchés. Souriez pendant vos rendez-vous et réunions et les gens réagiront différemment avec vous.

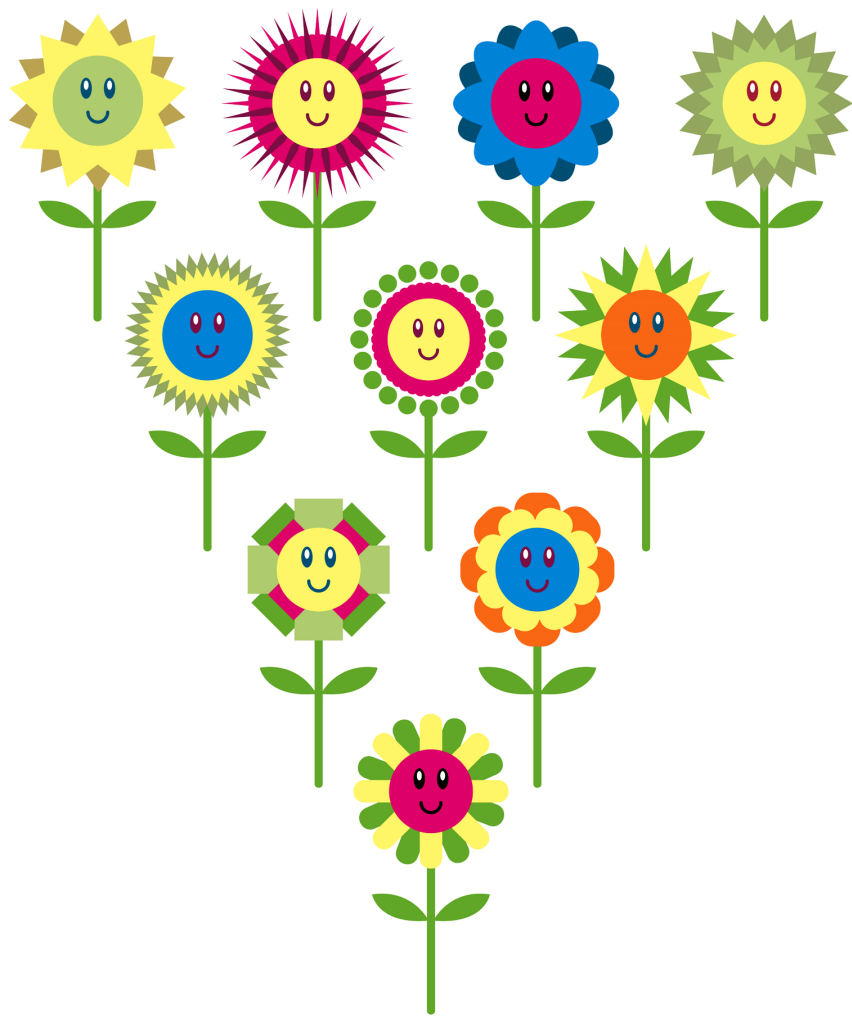


Sourire vous aide à rester positif

Essayez ceci : souriez.
Maintenant, essayez de penser
à quelque chose de négatif
sans perdre votre sourire.
Difficile n'est-ce pas ?

Quand on sourit, notre corps
envoie ce message :
« La vie est belle ».





« Souriez avec vos yeux, souriez au téléphone : le sourire "s'entend", même à des milliers de kilomètres. »

Jérôme Leprince

« Nous ne saurons jamais tout le bien qu'un simple sourire peut faire. »

Mère Teresa

« Rides : des sourires gravés. »

Jules Renard

« Il faut sourire face à l'adversité, jusqu'à ce qu'elle capitule. »

Og Mandino

**Bonne
journée !**

Merci de partager !

