



SALUT | | Actualitzat el 05/01/2025 a les 07:08

Guarda't això per cada cop que tinguis ansietat





L'ansietat i l'estrès són la principal pandèmia d'aquest segle, per això és important buscar vies que ens ajudin a portar-la a ratlla i calmar-nos en moments difícils. L'ASMR auditiu és una bona eina que molta gent utilitza, però avui et volem parlar de l'ASMR visual.

[num]1[/num] **Pintura abstracta**

[num]2[/num] **Glitter**

[num]3[/num] **Ceràmica miniatura**

[num]4[/num] **Detalls al mil·límetre**

[num]5[/num] **Quin gust veure els pinzells així**

[num]6[/num] **Sense paraules amb aquest efecte marbre**

[num]7[/num] **Podem parlar del bé que pinten aquests rotuladors?**

[num]8[/num] **Fans d'aquests efectes amb els pinzells**

[num]9[/num] **Textures**

[num]10[/num] **Això s'ha de provar, no?**