

Le sourire :

Met de bonne humeur

Soulage du stress

Stimule notre système immunitaire

Baisse la tension artérielle

Aide à rester positif

"Souris, même si ton sourire est triste,

car s'il existe quelque chose de plus triste qu'un sourire triste,
c'est bien la tristesse de ne pas savoir sourire." (Anonyme)

"Le bonheur est le sourire du cœur". (Delphine Lanotte)

"Le sourire est la langue universelle de la bonté". (William Arthur Ward)

"Un sourire coûte moins cher que l'électricité,
mais donne autant de lumière." (L'abbé Pierre)

"Nous ne saurons jamais tout le bien
qu'un simple sourire peut faire." (Mère Thérèse)

"Il faut sourire face à l'adversité
jusqu'à ce qu'elle capitule." (Og Mandino)

"Le bonheur est un choix
et sourire aide à le faire." (Mark Stibich)

Un sourire ne coûte rien
Et produit beaucoup, Il enrichit ceux qui le reçoivent,
Sans appauvrir ceux qui le donnent.
Il ne dure qu'un instant,
Mais son souvenir est parfois éternel.
Personne n'est assez riche pour s'en passer.
Personne n'est assez pauvre pour ne pas le mériter.
Il crée le bonheur au foyer,

Il est le signe sensible de l'amitié
Un sourire donne du repos à l'être fatigué,
Rend du courage aux plus découragés.
Il ne peut ni s'acheter, ne se prêter, ni se voler.
Car c'est une chose qui n'a de valeur,
qu'à partir du moment où il se donne.
Et si quelquefois vous rencontrez une personne
qui ne sait plus avoir le sourire,
Soyez généreux, donnez-lui le vôtre.
Car nul n'a autant besoin d'un sourire
Que celui qui ne peut en donner aux autres.

auteur anonyme

" Souriez avec vos yeux,

Souriez au téléphone :

le sourire "s'entend", même à des milliers de kilomètres." (Jérôme Lepince)