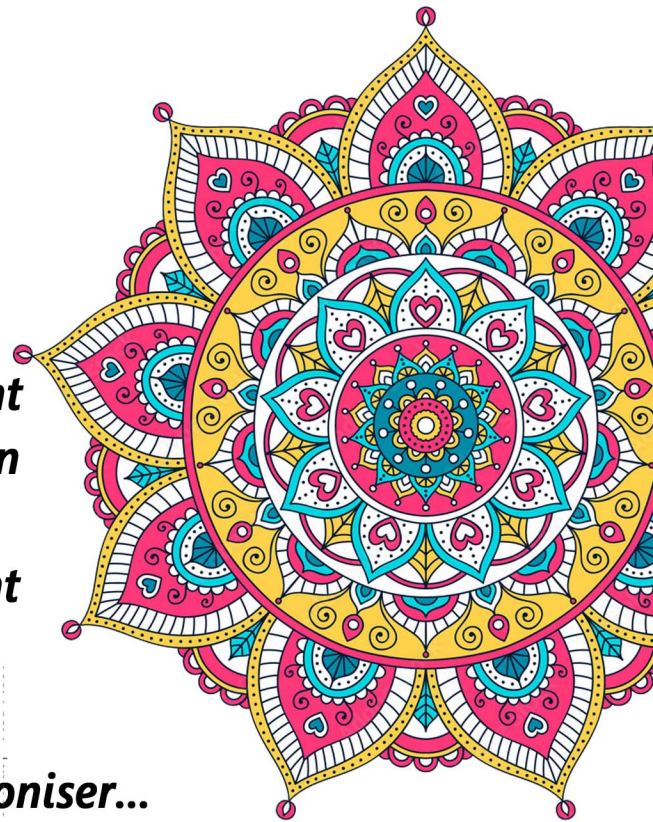


# *Atelier - Mandalas*

*"La sérénité à portée de mains"*

*Dessiner et colorier sont des activités dont les enfants raffolent. Elles peuvent être en apparence anodines cependant, ont de grandes vertus pédagogiques, notamment le coloriage de mandalas qui favorise, entre autre, calme et sérénité.*



*Le mandala permet de se centrer, de s'harmoniser...*

*Outil de méditation, d'harmonisation, de perfectionnement, de croissance.*

*Le mandala s'avère un moyen judicieux pour contrecarrer certains états émotionnels, stress, permettre de ralentir, de revenir au centre de soi.*

*Un réel moment de détente et de création.*

*Durant cet atelier, je vous expliquerai les réel bienfaits du coloriage du mandalas, que vous expirimentez*