



AU PROGRAMME

- Visualisation dirigée sur le thème des couleurs
- Détente et respirations
- Exercices pratiques et coloriage de divers mandalas
- Canevas du cercle et dessin à colorier



MATÉRIEL

- Crayons de couleur
- Aiguiseur à main
- Son imagination

PATRICIA COLLIN
450-934-0891
collinpatricia@hotmail.com

LUCIE LÉGARÉ
514-293-7701
lucielgar@yahoo.ca

LE COLORIAGE DU MANDALA : UN VÉRITABLE VOYAGE AU PAYS DES COULEURS.

Animations clef en main, notre objectif est d'ajouter du plaisir dans la journée des enfants grâce à des activités facilement reproductibles par votre personnel dans un cadre ludique.

Nos animations sur mesure pour les écoles primaires, permettent de **libérer le trop plein**, de **diminuer le stress et l'anxiété**, d'**augmenter la concentration** et de vivre un moment unique via la créativité.

En favorisant un espace de **libération des émotions** les enfants libèrent leur pouvoir créateur en **apaisant les pensées** tout en pratiquant leur **motricité fine**.

Le coloriage du mandala est un outil permettant de **se déposer** pour vivre une nouvelle proposition d'animation dans le milieu scolaire.

Un projet rempli de **créativité**, de **partage** et d'**unification** entre les participants et proposé par nos deux animatrices ayant plus de 30 ans d'expérience en animations et en interventions.

Mes émotions s'apaisent en couleurs !

