

# Mandala

**Matériel nécessaire :**

crayons de couleurs  
ou feutres

**Outillage nécessaire :**

du temps et de la patience

# Mandala

Les mandalas sont des images rondes, représentant l'univers tout entier. Dans la religion bouddhiste, il permet de conduire sur le chemin de l'éveil spirituel.

A l'origine, c'est un support de méditation et de connaissance de soi.

Les mandalas sont également des dessins très reposants que les enfants adorent car ils se concentrent et obtiennent de très beaux coloriages. Sur le plan pédagogique, le mandala reste un outil d'expression qui favorise la concentration et le développement de la créativité.

Donc, si tu es nerveux, que tu dois attendre quelque part ou simplement parce qu'il pleut et tu ne peux pas jouer dehors, prend un modèle de mandala, des crayons de couleurs, des crayons de cire ou des feutres et calme-toi en dessinant ! Nous te souhaitons beaucoup de plaisir !



## Conseil :

les mandalas peuvent aussi être réalisés avec des pierres, des pépites de verre, du sable ou autres matériaux naturels ! Il suffit alors de commencer au milieu et de travailler vers l'extérieur. On peut travailler en groupe et on obtient alors des résultats surprenants !

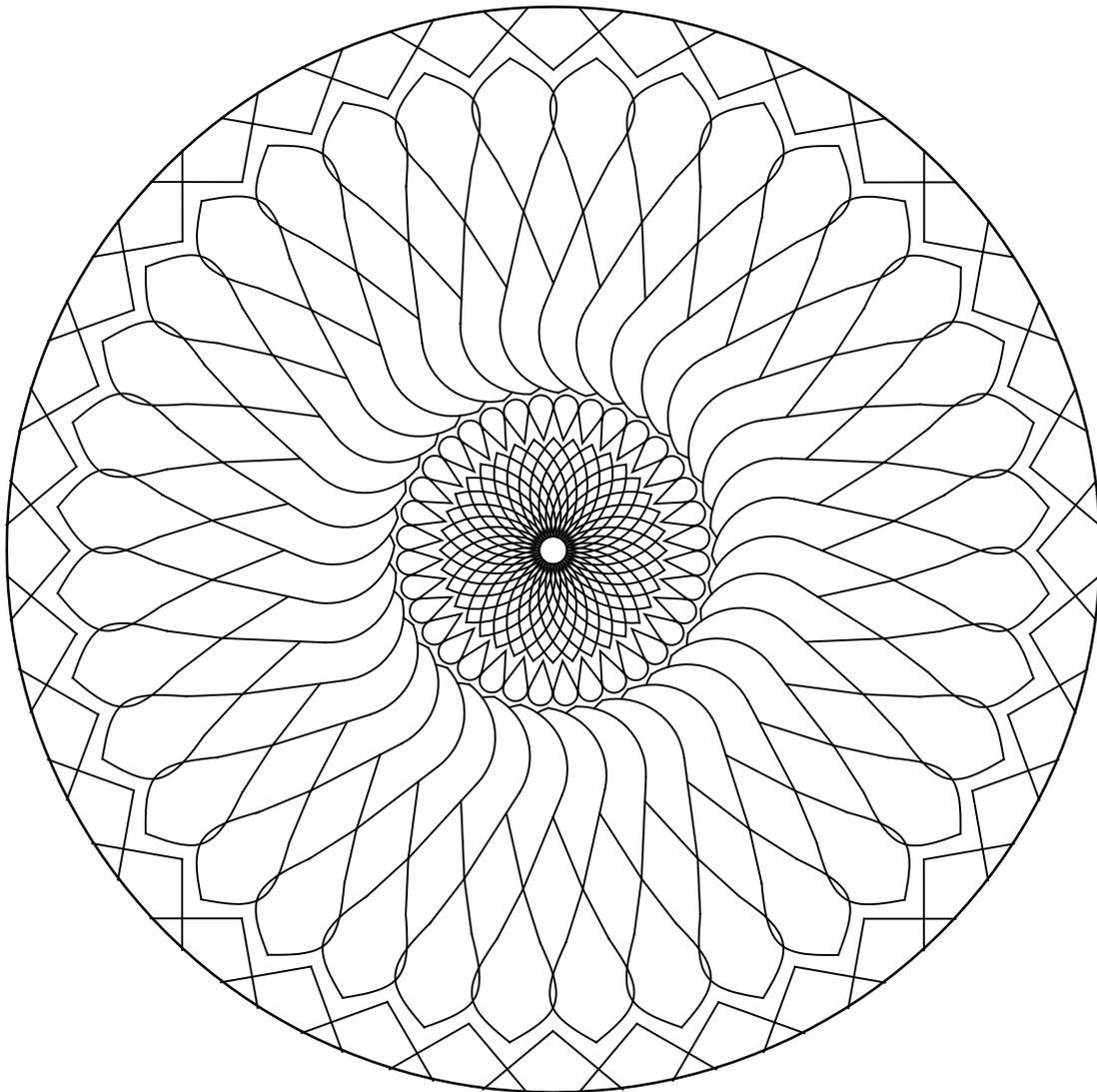
### Matériel nécessaire :

crayons de couleurs  
ou feutres

### Outillage nécessaire :

du temps et de la patience

# Mandala



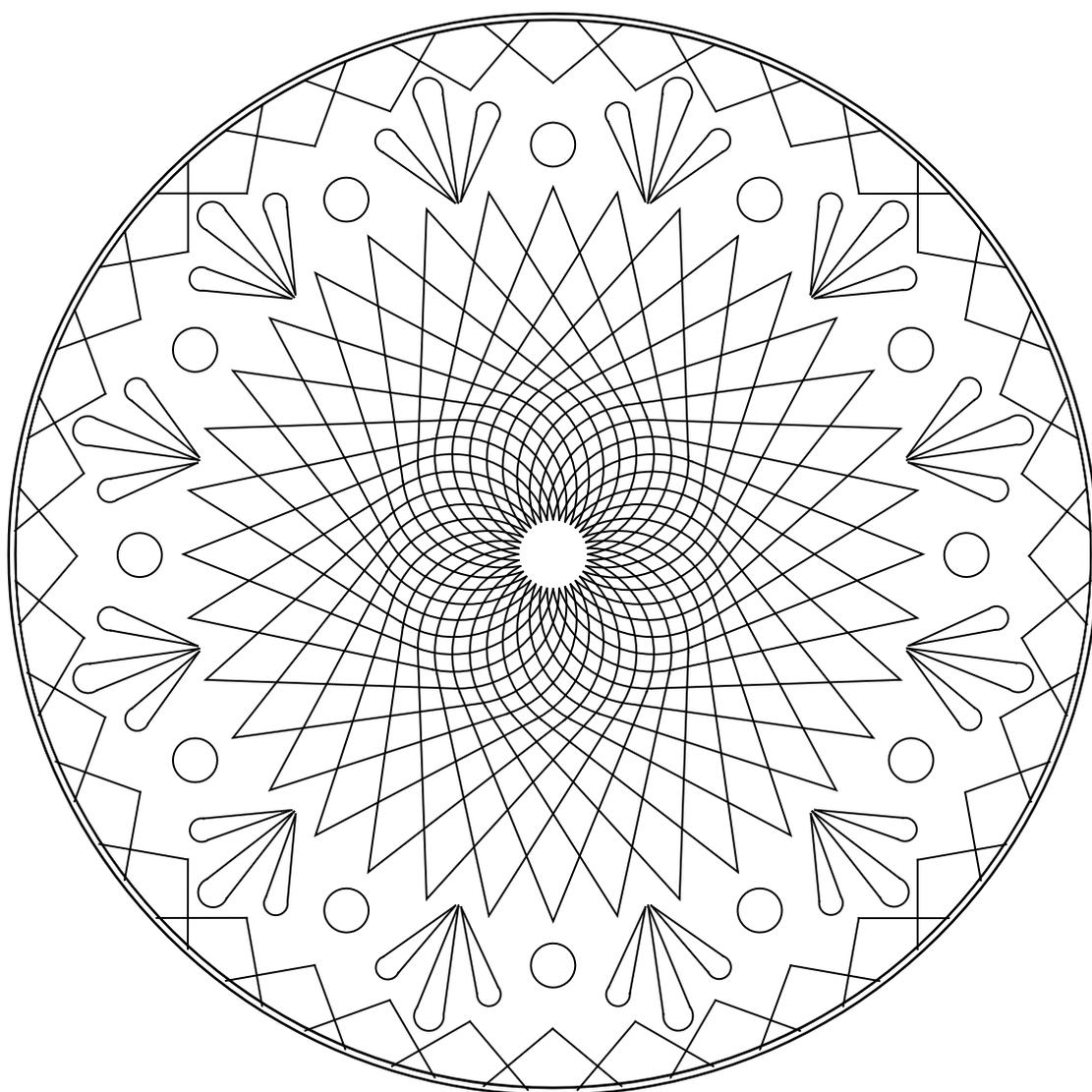
**Matériel nécessaire :**

crayons de couleurs  
ou feutres

**Outillage nécessaire :**

du temps et de la patience

# Mandala

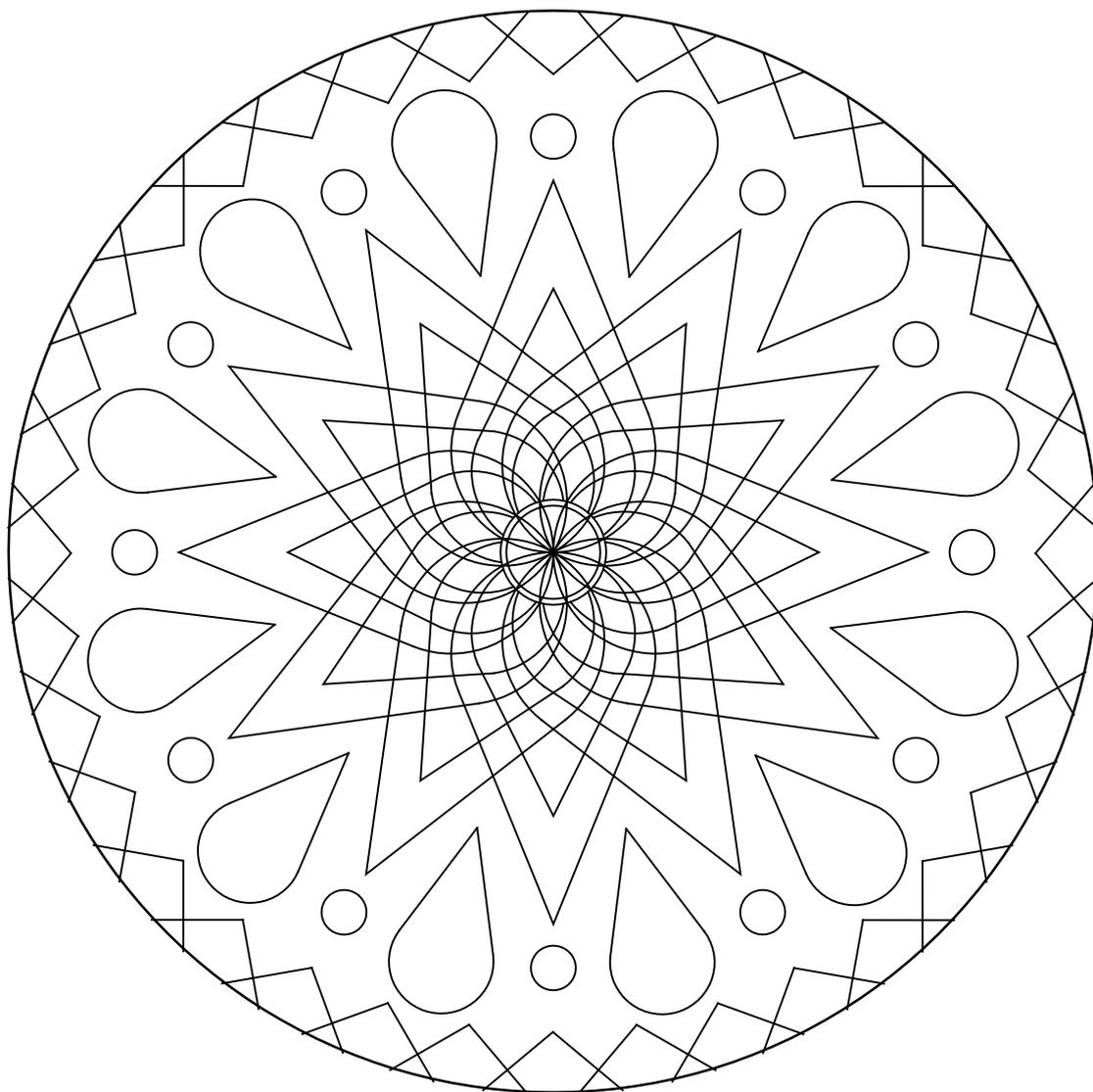
**Matériel nécessaire :**

crayons de couleurs  
ou feutres

**Outillage nécessaire :**

du temps et de la patience

# Mandala

**Matériel nécessaire :**

crayons de couleurs  
ou feutres

**Outillage nécessaire :**

du temps et de la patience