



MIMOS PARA TUS OJOS



## Titolo

Mandala di pace

## Descrizione

L'attività prevede la realizzazione di mandala, *Mandala di Pace*, da donare ad ospedali pediatrici, orfanotrofi, case di cura, centri per anziani, per trasmettere serenità e messaggi di pace.

È stato dimostrato che dipingerli produce effetti molto positivi per la salute fisica e mentale:

- \* **Allevia la tensione, l'ansia e la preoccupazione**
- \* **Rilassa e risana la mente, il corpo e lo spirito**
- \* **Aiuta a manifestare i propri sentimenti e le proprie emozioni**
- \* **Permette di esprimere i propri pensieri in maniera tranquilla**
- \* **Stimola il pensiero creativo e la risoluzione dei conflitti**

L'attività è promossa da [Mimos para tu Ojos](#) e [Living Peace International](#)

## Destinatari

Bambini, giovani e adulti, di scuole, associazioni e gruppi.

## Obiettivi

- Incrementare la cultura di pace
- Sviluppare la creatività dei partecipanti
- Migliorare il lavoro in gruppo e le relazioni interpersonali, superando le differenze e creando possibilità d'incontro

## Attività

1. Preparate con il vostro gruppo laboratori per realizzare *mandala* insieme nelle strutture in cui desiderate andare.  
Qualora non fosse possibile, potete donare le vostre opere, organizzando un piccolo evento.
2. Le misure dei *mandala* potranno essere di 40cm x 40cm o 50cm x 50 cm, dipinti su carta, tessuto o legno; l'importante è che si possano appendere.
3. I *mandala* possono essere dipinti in piccoli gruppi con bambini, giovani, adulti solo dopo aver deciso insieme il colore e il metodo da utilizzare.

4. Non dimenticate di scattare foto e inviarcele per diffonderle a tutta la rete, così da sentirci gli uni vicini agli altri! Scrivete a [c.palma@livingpeaceinternational.org](mailto:c.palma@livingpeaceinternational.org) \*\*\*

È possibile organizzare a livello locale, nazionale o internazionale un'esposizione artistica. Per maggiori informazioni rivolgersi a [c.palma@livingpeaceinternational.org](mailto:c.palma@livingpeaceinternational.org).

### Scadenza

Non è prevista una data di scadenza.



**\*\*\* Living Peace è soggetto alla normativa Europea sulla Privacy entrata in vigore il 25 maggio 2018.**

**Se volete condividere foto e video delle attività che fate con i bambini e ragazzi, dovete inviarci la liberatoria firmata dai genitori o tutori legali del minore (scarica la liberatoria [qui](#), e inviala all'ONG [AMU](#), responsabile del trattamento dei dati del progetto Living Peace International all'e.mail: [privacy@amu-it.eu](mailto:privacy@amu-it.eu) ).**

**Se non è possibile avere la liberatoria, ricordati di mandare solo foto e video dove le persone, soprattutto i minori, non sono riconoscibili.**

**Puoi mandarci immagini dall'alto, di spalle, dove si vedono i ragazzi che fanno l'attività senza riprendere il viso in maniera frontale.**

I promotori

