



MIMOS PARA TUS OJOS



Título

Mandala de paz

Descrição

A atividade prevê a criação de *Mandalas de Paz* que poderão ornamentar os próprios estabelecimentos onde são confeccionados, mas **o incentivo é para que sejam doadas** em hospitais, lares de idosos, abrigos, transmitindo serenidade e mensagens de paz nesses ambientes.

Constatou-se que colorir Mandalas produz efeitos muito positivos para a saúde física e mental:

- * **Alivia a tensão, a ansiedade e preocupações**
- * **Relaxa e cura a mente, o corpo e o espírito**
- * **Ajuda as pessoas manifestarem os próprios sentimentos e as próprias emoções**
- * **Permite exprimir os próprios pensamentos de maneira tranquila**
- * **Estimula o pensamento criativo e a resolução de conflitos**

Esta atividade é promovida por [Mimos para tu Ojos](#) e [Living Peace International](#)

Público-alvo

Crianças, jovens e adultos de escolas, associações e grupos.

Objetivos

- Incrementar a cultura de paz
- Desenvolver a criatividade dos participantes
- Melhorar o trabalho em grupo e as relações interpessoais, superando as diferenças e criando possibilidades de encontro.

Atividade

1. O ideal seria poder organizar laboratórios de pintura com as pessoas dos locais onde as mandalas serão doadas. Caso isso não seja possível, que tal organizar um pequeno evento para a entrega das mandalas?
2. O tamanho aconselhado para as *mandalas* é de 40cm x 40cm ou 50cm x 50cm, coloridas em papel, tecido ou madeira; o importante é que, uma vez prontas, possam ser penduradas. Também podem ser desenhadas em outros materiais, como por exemplo, pedras.
3. As *mandalas* poderão ser coloridas individualmente, ou, melhor ainda, em pequenos grupos. Nesse último caso, antes de iniciar, os integrantes deverão decidir juntos as cores e o método de pintura que utilizarão.
4. Lembrem-se de enviar fotos para c.palma@livingpeaceinternational.org *** e assim compartilhar suas atividades com toda a rede do *Living Peace*!

Exposições de Mandalas da Paz estão sendo organizadas em alguns países... sua escola, grupo ou associação, individualmente ou em conjunto com outros também pode organizar uma exposição a nível local, nacional ou até internacional!

Para maiores informações, escrevam para Carlos Palma: c.palma@livingpeaceinternational.org.

Prazo

Não existe prazo para realização desta atividade.

***** Living Peace está sujeito às normas europeias sobre a privacidade que entraram em vigor a partir de maio de 2018.**

Se quiserem compartilhar fotos e vídeos das atividades que vocês desempenharam com jovens e crianças, é preciso que enviem a autorização assinada pelos pais ou responsáveis legais dos menores (é possível baixar o formulário de autorização [aqui](#), e enviá-la para a ONG [AMU](#), ao endereço e-mail: privacy@amu-it.eu, que é a responsável pelo gerenciamento das informações do projeto Living Peace International).

Caso não seja possível encaminhar a autorização, lembrem-se de enviar somente fotos e imagens de vídeos que não possibilitam o reconhecimento das pessoas e sobretudo dos menores de idade.

Podem ser enviadas as imagens feitas do alto, de costas, de onde se vejam as crianças que desenvolvem as atividades sem mostrar seus rostos vistos de frente.



Em parceria com

