Relaksacyjne kolorowanki z mandalami – to świetny pomysł na regenerację psychiczną po ciężkim dniu. Są przeznaczone dla osób dorosłych, młodzieży i dzieci. Warto wiedzieć, że taka aktywność ma na nas bardzo dobry wpływ. Samodzielne rysowanie lub kolorowanie **Mandali** m oże: rozwijać naszą wyobraźnię, polepszać koncentrację, wyciszać, działać relaksująco, pomagać w lepszym wyrażaniu myśli.

Wychowankowie grupy I: Karolina Gut, Paulina Gut, Natalia Bachmura, Natalia Grzegorczyk, Kinga Czartoryjska, Alicja Jagiełło, Adam Magdaleński wzięli udział w ćwiczeniach relaksacyjnych on-line pod kierunkiem wychowawcy p. A. Sieczak, polegających na samodzielnym pokolorowaniu mandali, zapoznaniu się z różnymi wzorami, ich symboliką oraz technikami kolorowania.

Zachęcamy wszystkich wychowanków do takiej formy relaksacji i ciekawego spędzania wolnego czasu. Zapraszamy wszystkich do obejrzenia wystawy Mandali.