

Zur Mitte kommen

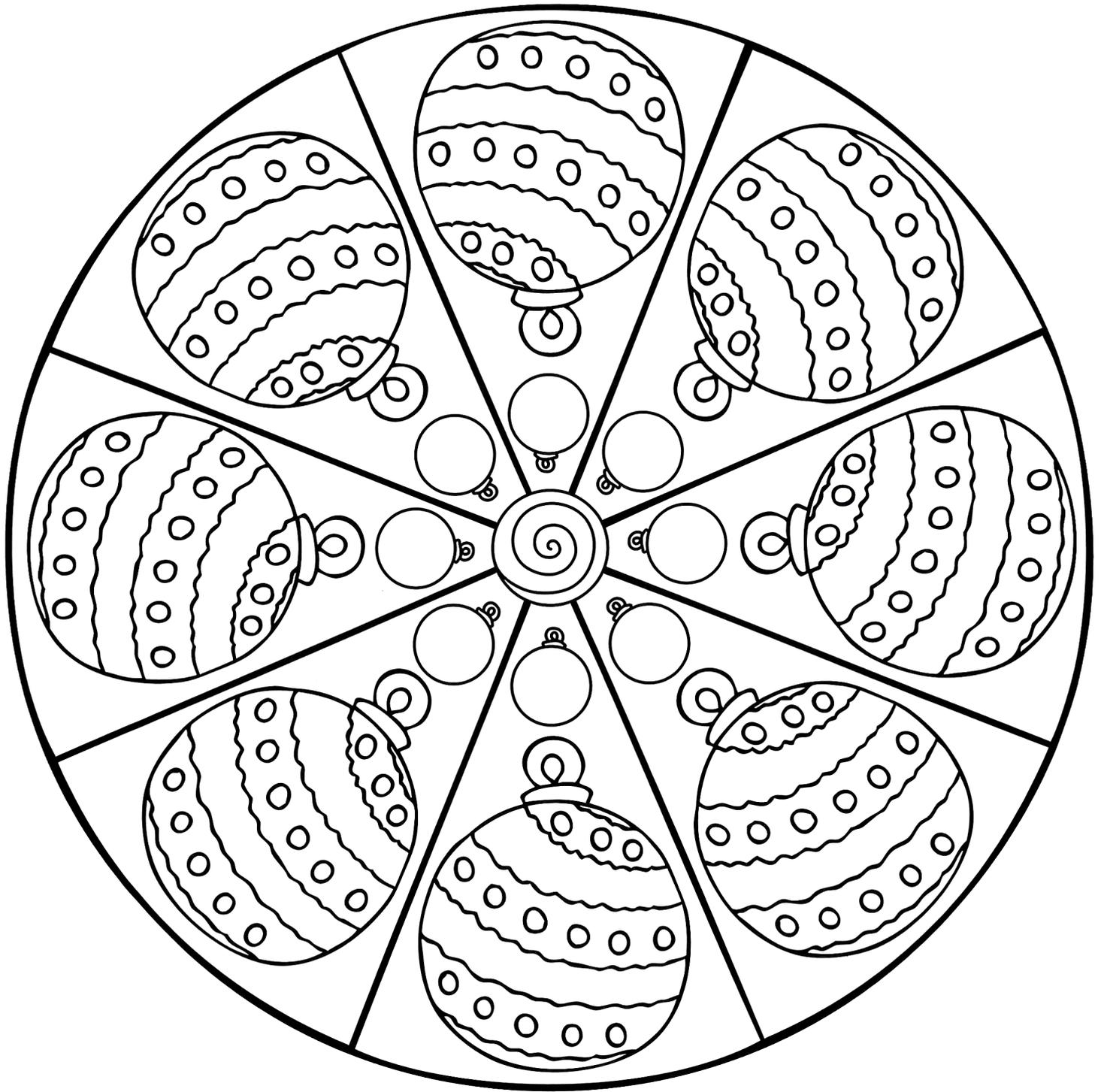


Malbilder und Mandalas rund um das Weihnachtsfest zum Anmalen und Stillwerden.

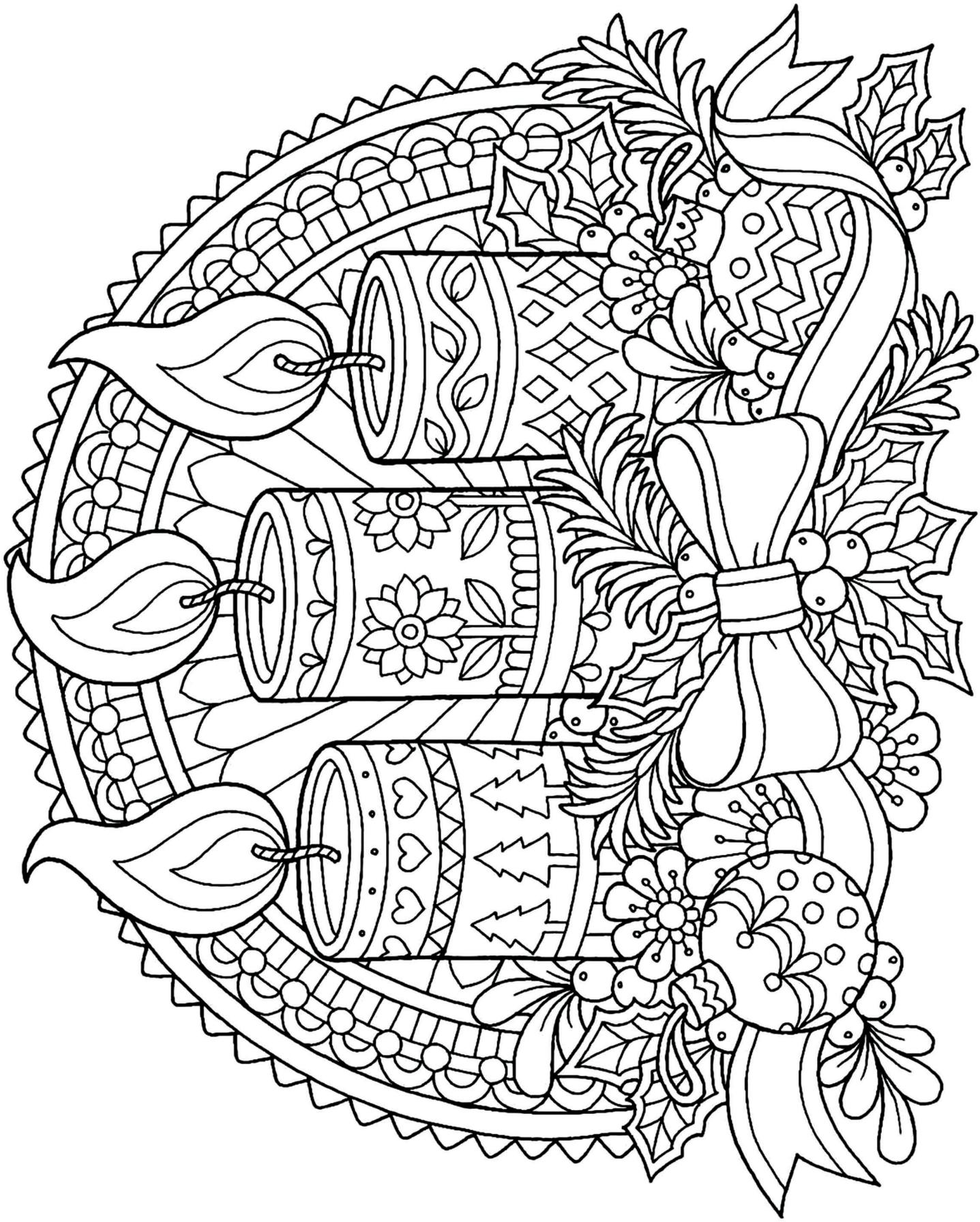
Hier findest du verschiedene Malbilder. Suche dir einen guten, ruhigen Platz und male die Bilder aus. Leise Musik kann dabei angenehm und hilfreich sein. Mit dem QR-Code kannst du auf dem Smartphone Entspannungsmusik hören.

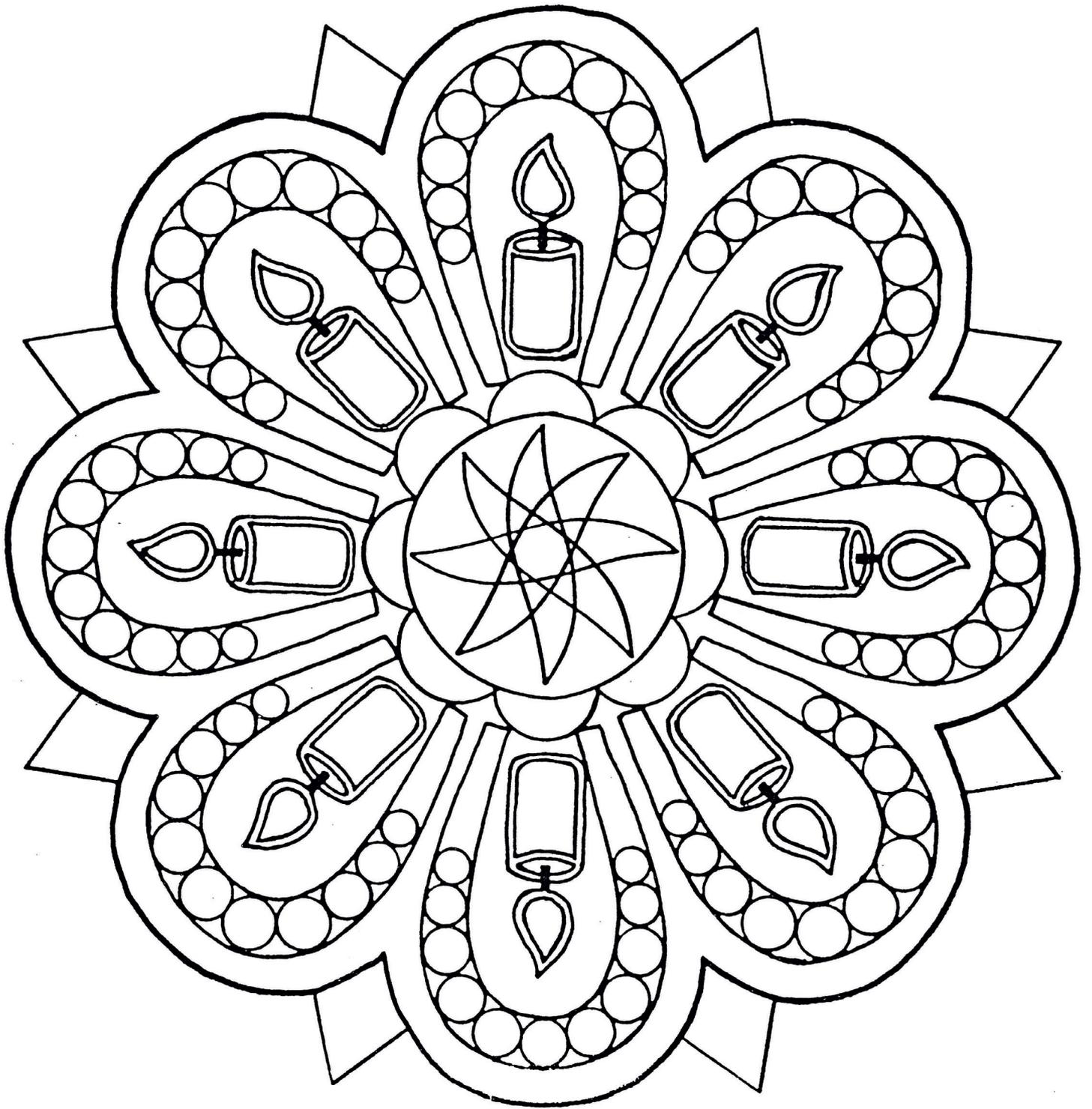
Mandala bedeutet „Weg zur Mitte“. Beim ruhigen Malen findest du auch den Weg zu deiner Mitte finden, nicht zur Mitte im Bild.

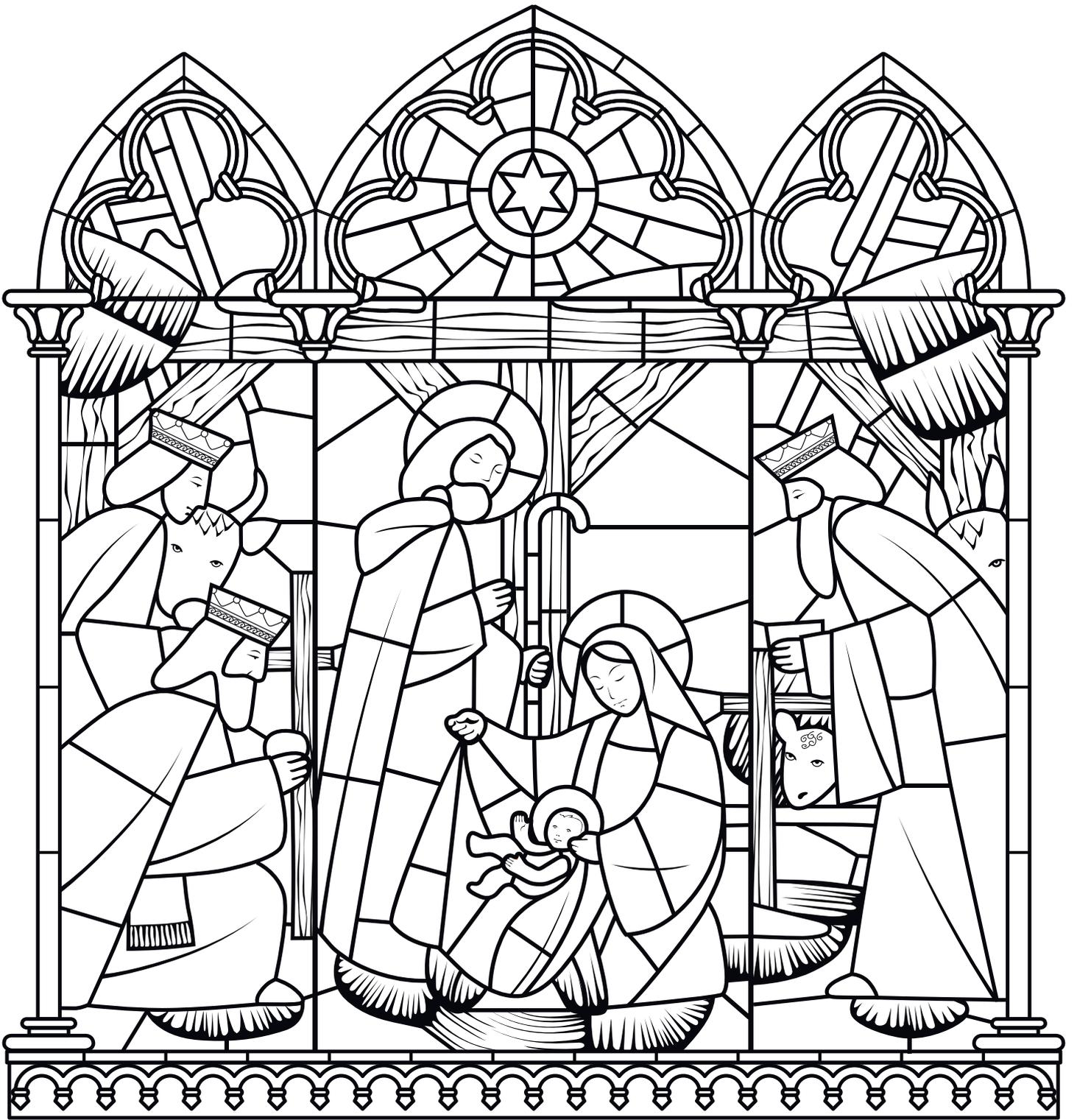




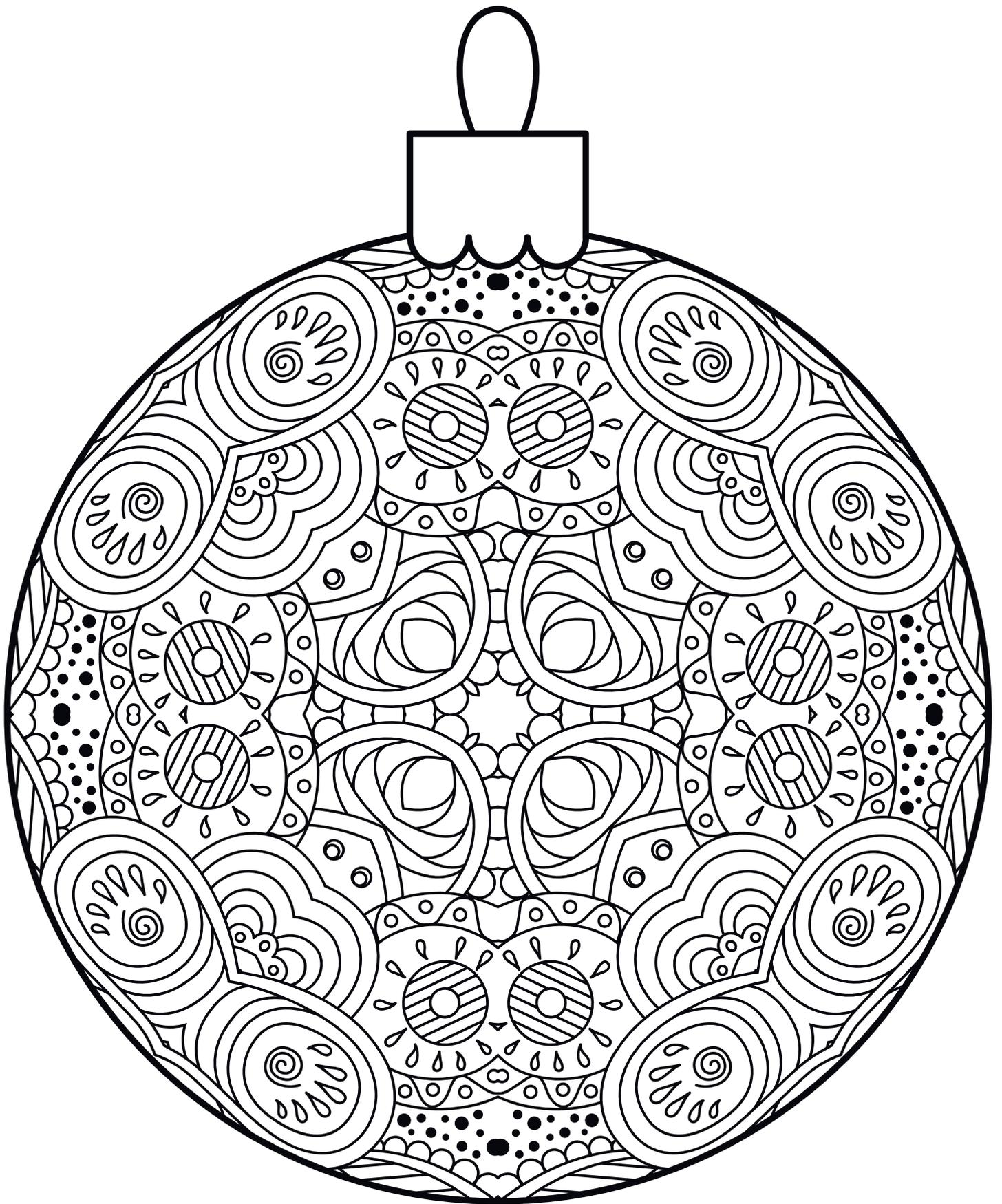


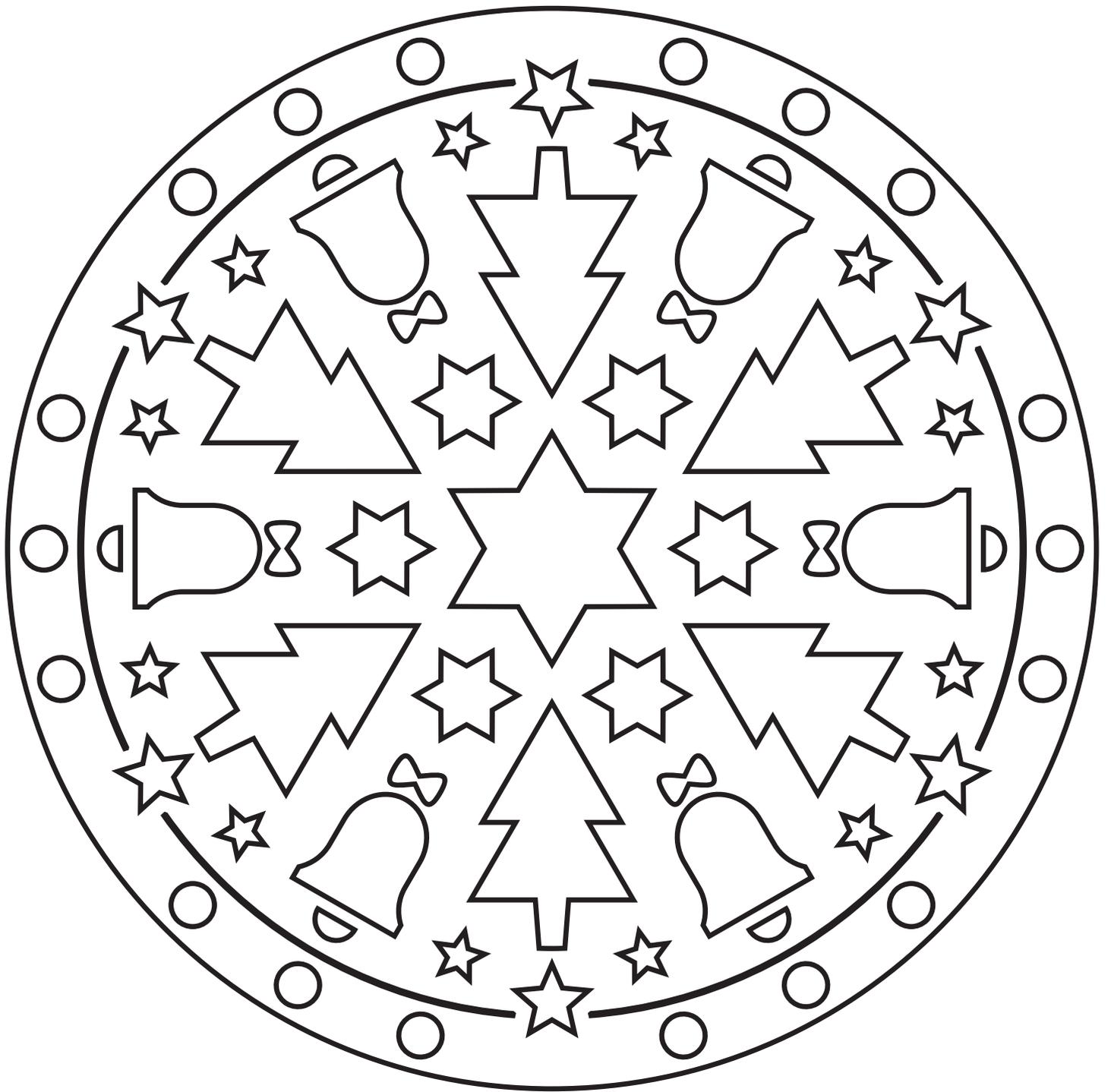


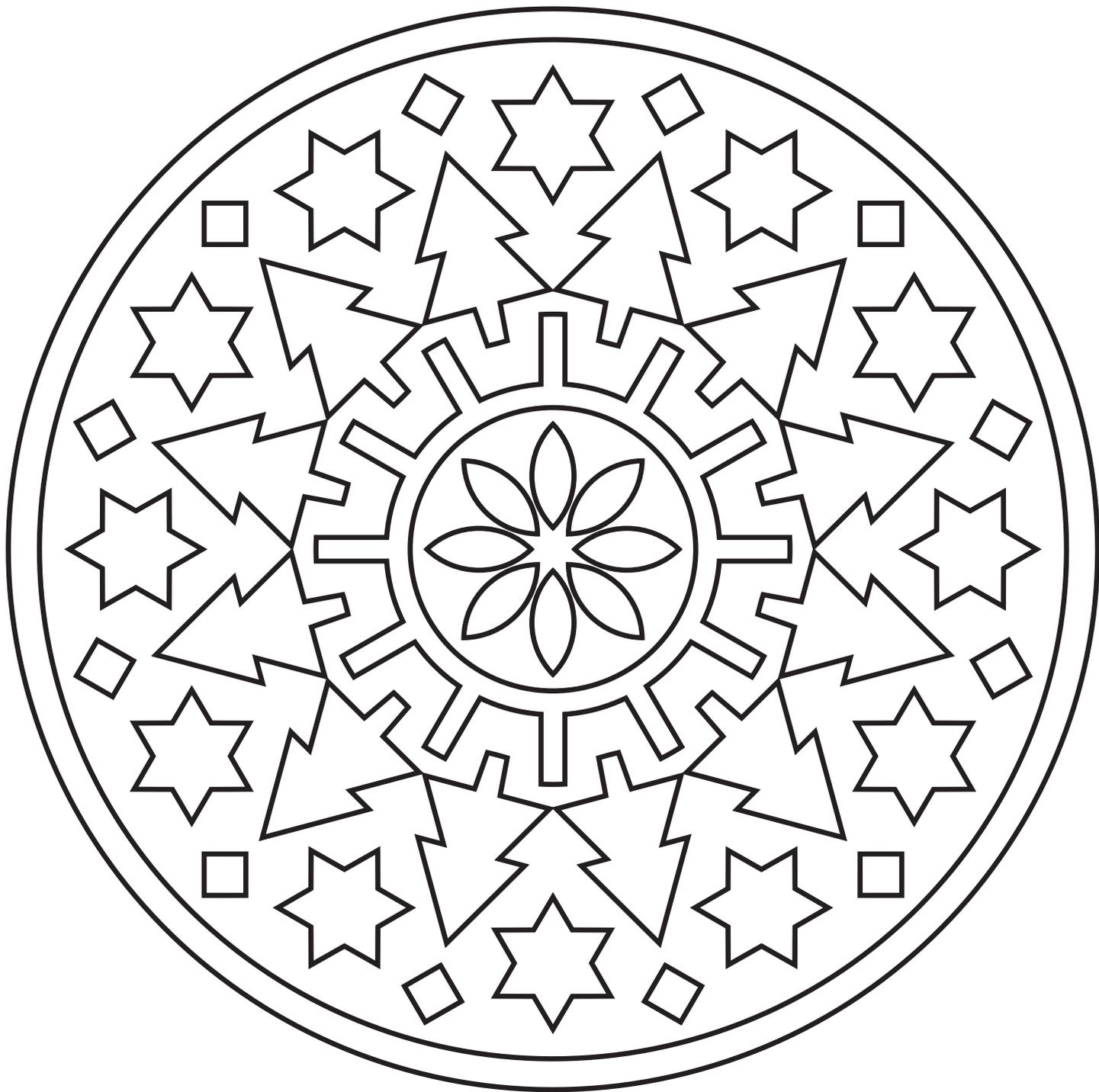
















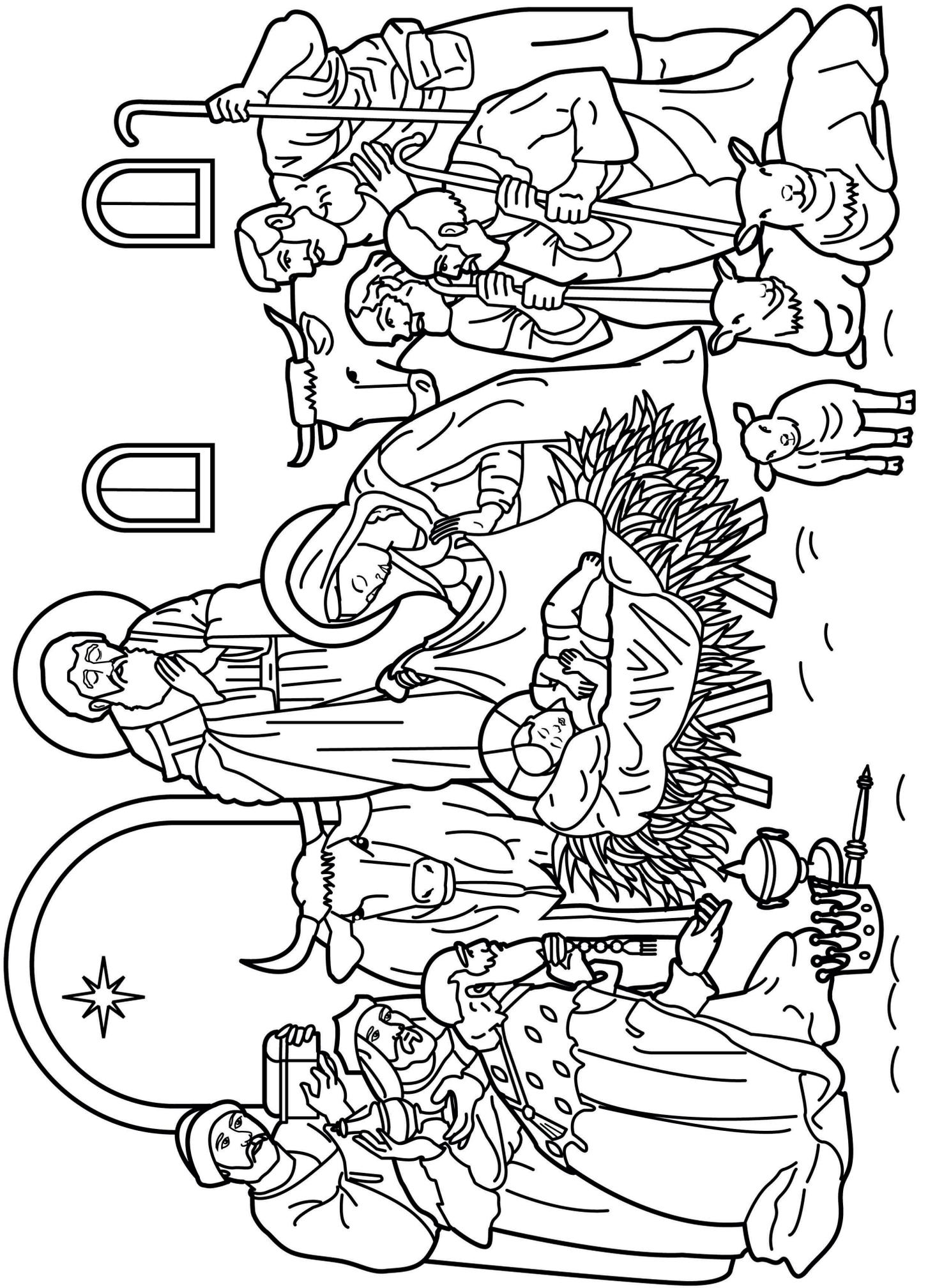






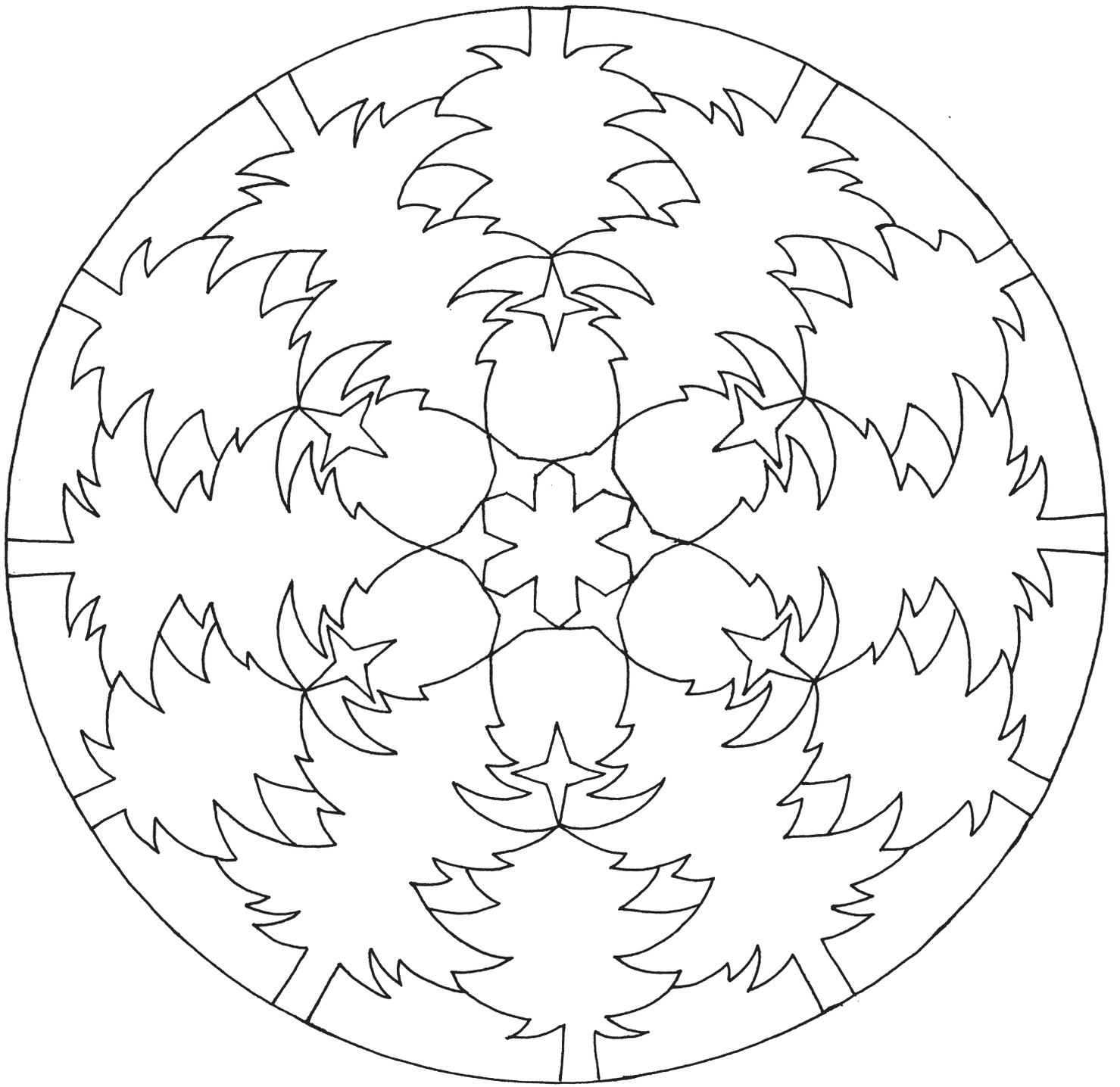


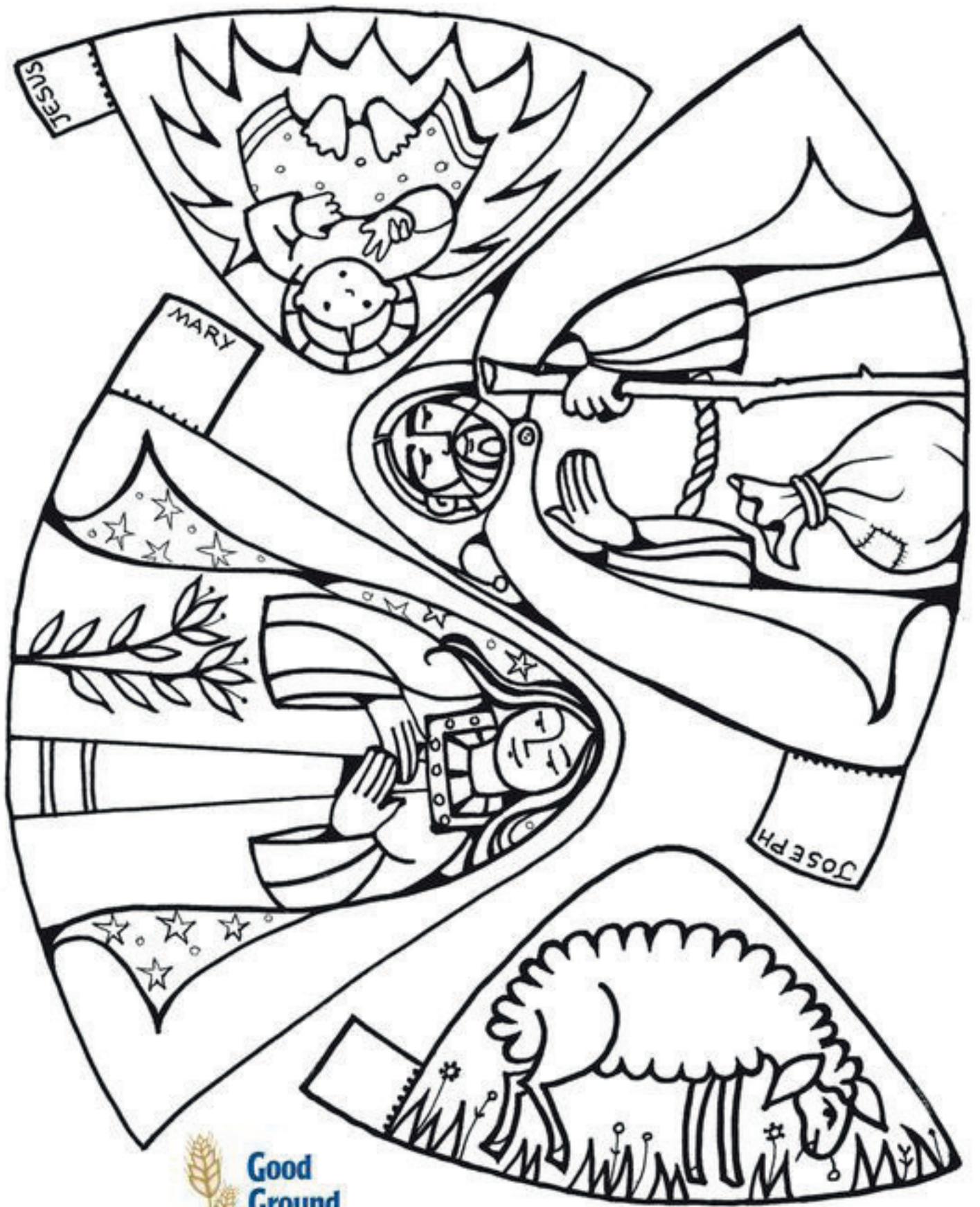












Good
Ground
Press

Erklärung

schneiden

falten

kleben



Stern
hier
ankleben

