

DEBUXOS RELAXANTES

Materials:

papel de cociña

rotuladores

folio/papel periódico/cartón



Elaboración

Colle un anaco de papel de cociña e colócao enriba dun folio/ papel de xornal/cartón. Pon a traballar a túa imaxinación e reláxate mentres, puntiño a puntito, vas compoñendo o teu debuxo.

Podes facer un mandala, seguindo o propio deseño do papel, ti decides cando cambiar de cor, se facer unha serie, un debuxo... Aquí che deixamos varios modelos para que te inspires, pero escoitate a ti mesmo e desfruta coa creación.

Podes poñer música relaxante de fondo.

