

# I MANDALA DELLA GRAVIDANZA



PORTALE DELLA GRAVIDANZA



**Colorare mandala durante la gravidanza offre diversi benefici per il benessere emotivo e mentale.**

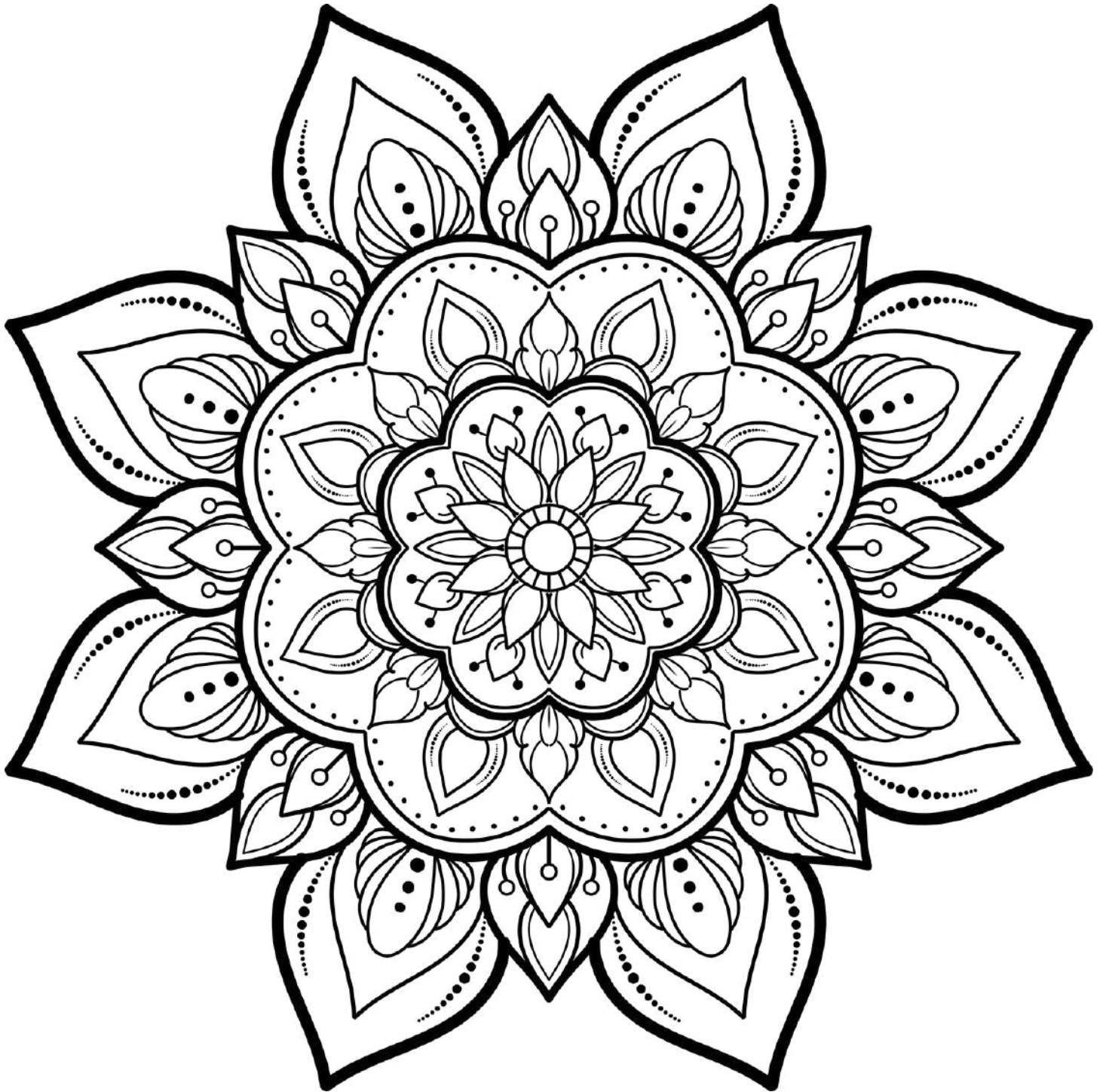
**Questo tipo di attività promuove il rilassamento e riduce lo stress, favorendo uno stato di calma che è utile sia per la madre che per il bambino.**

**Inoltre, colorare stimola la creatività e migliora la concentrazione, offrendo una pausa dalla routine quotidiana.**

**La ripetitività e la simmetria dei mandala possono anche favorire la meditazione e una maggiore consapevolezza, aiutando a mantenere un equilibrio emotivo durante i cambiamenti fisici e psicologici della gravidanza.**



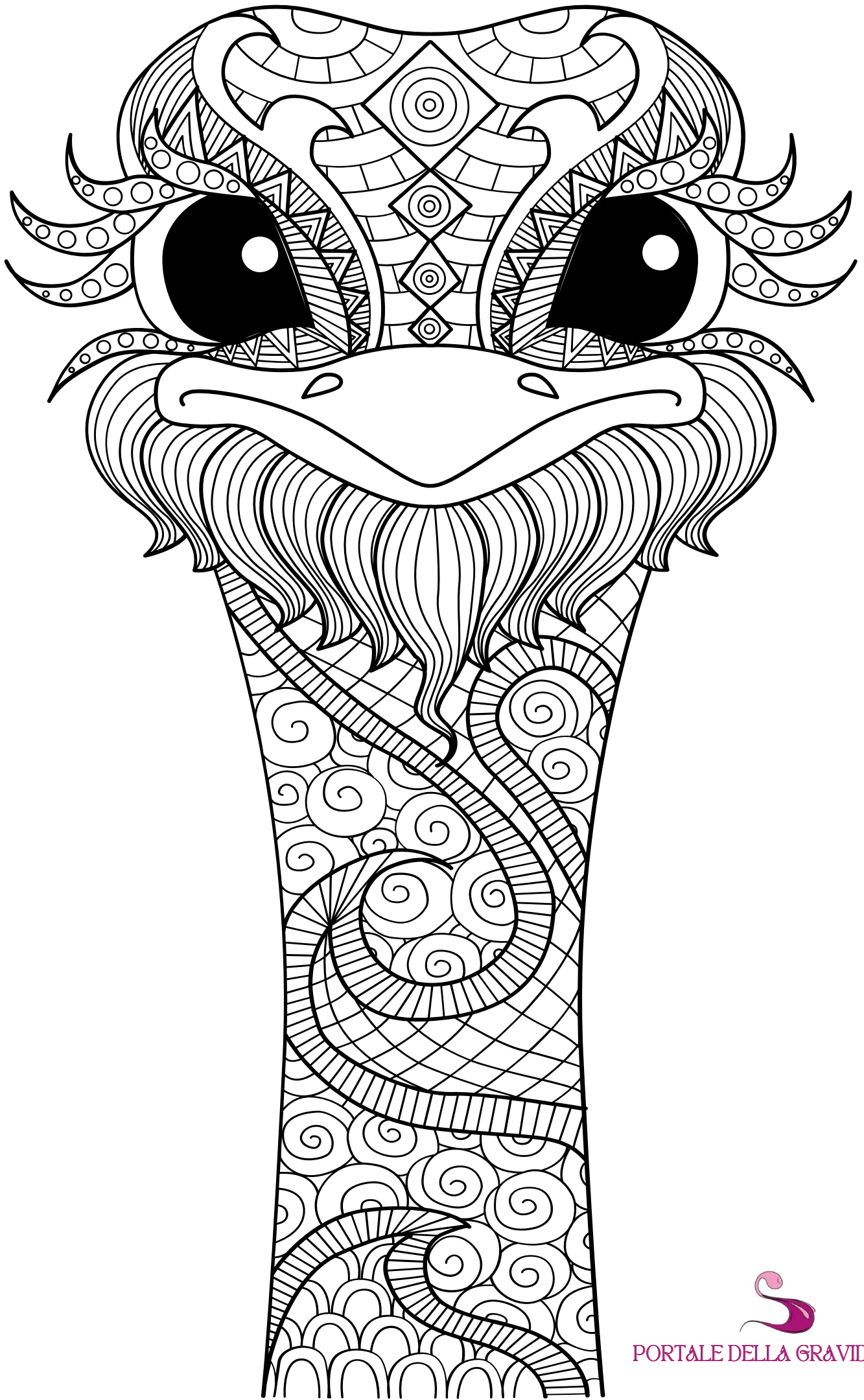
PORTALE DELLA GRAVIDANZA





PORTALE DELLA GRAVIDANZA







PORTALE DELLA GRAVIDANZA



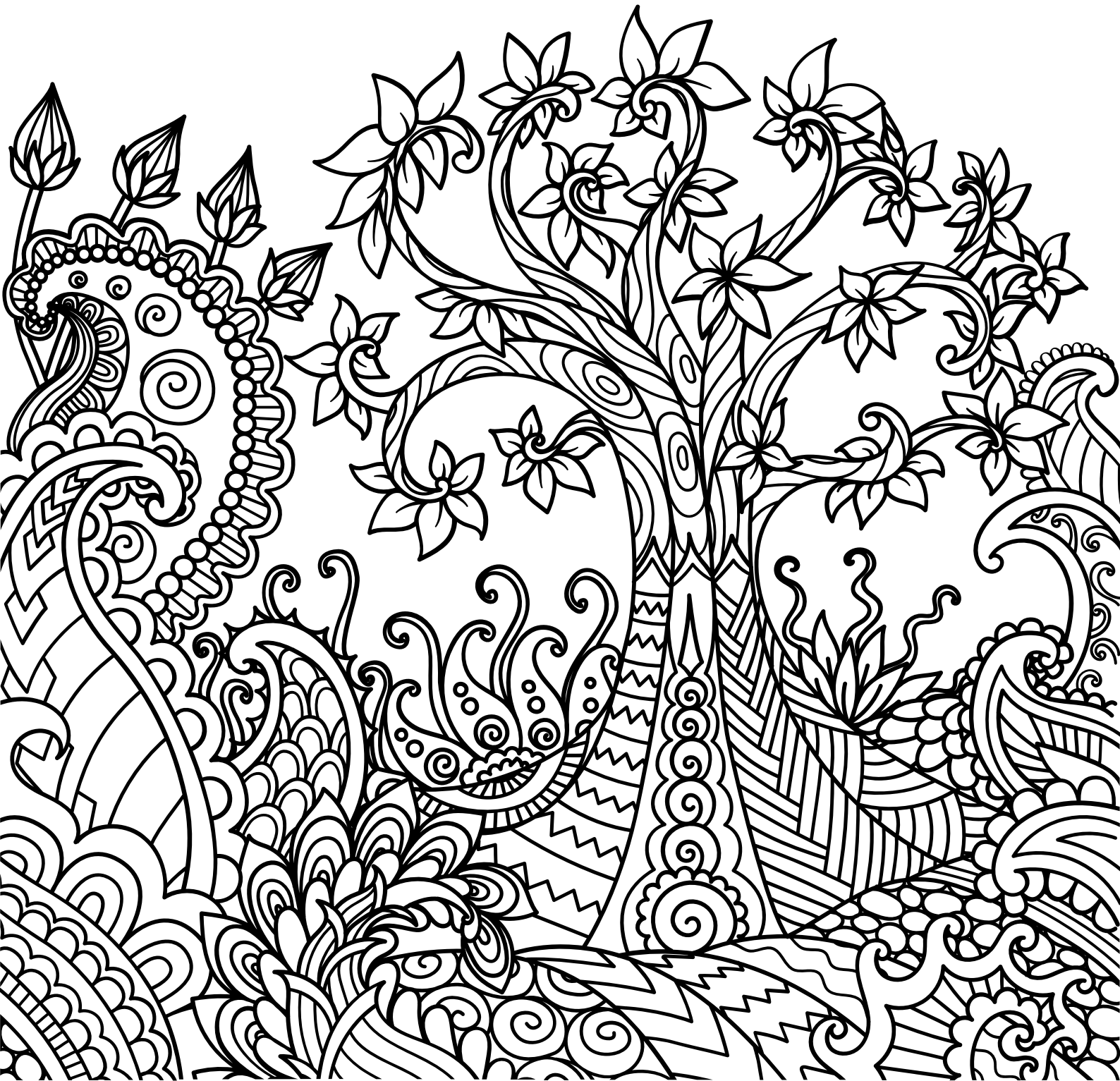


PORTALE DELLA GRAVIDANZA



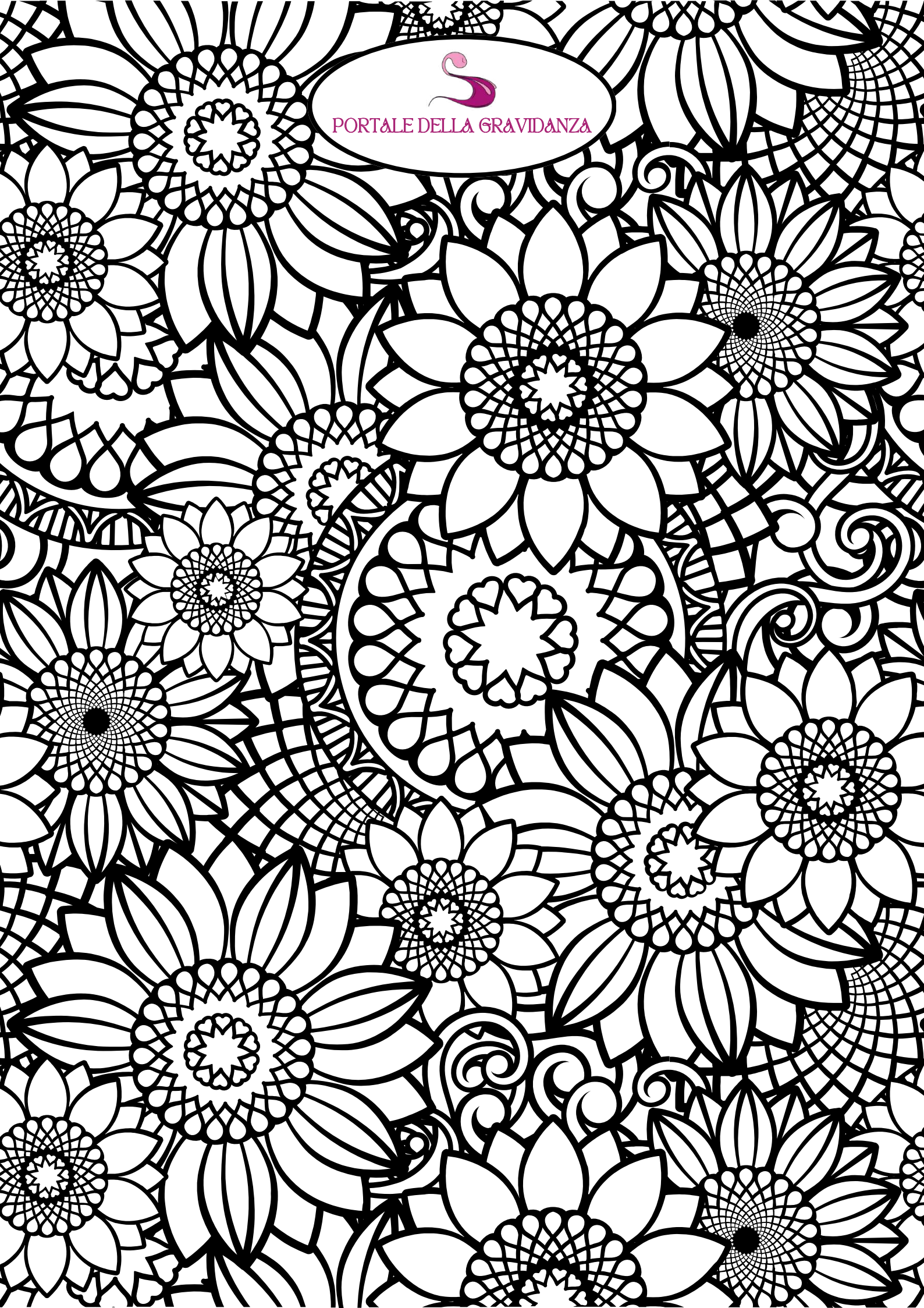


PORTALE DELLA GRAVIDANZA





PORTALE DELLA GRAVIDANZA



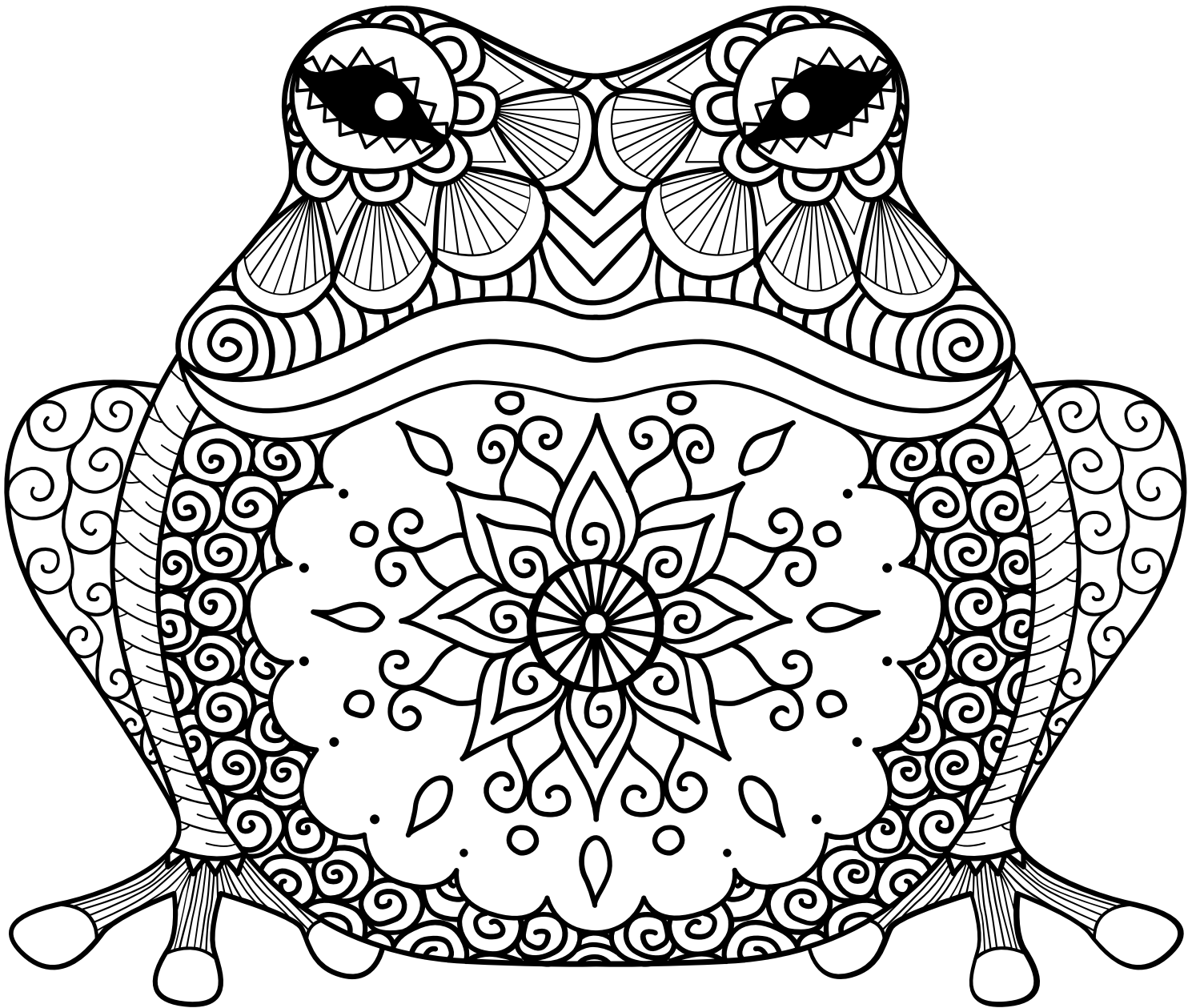






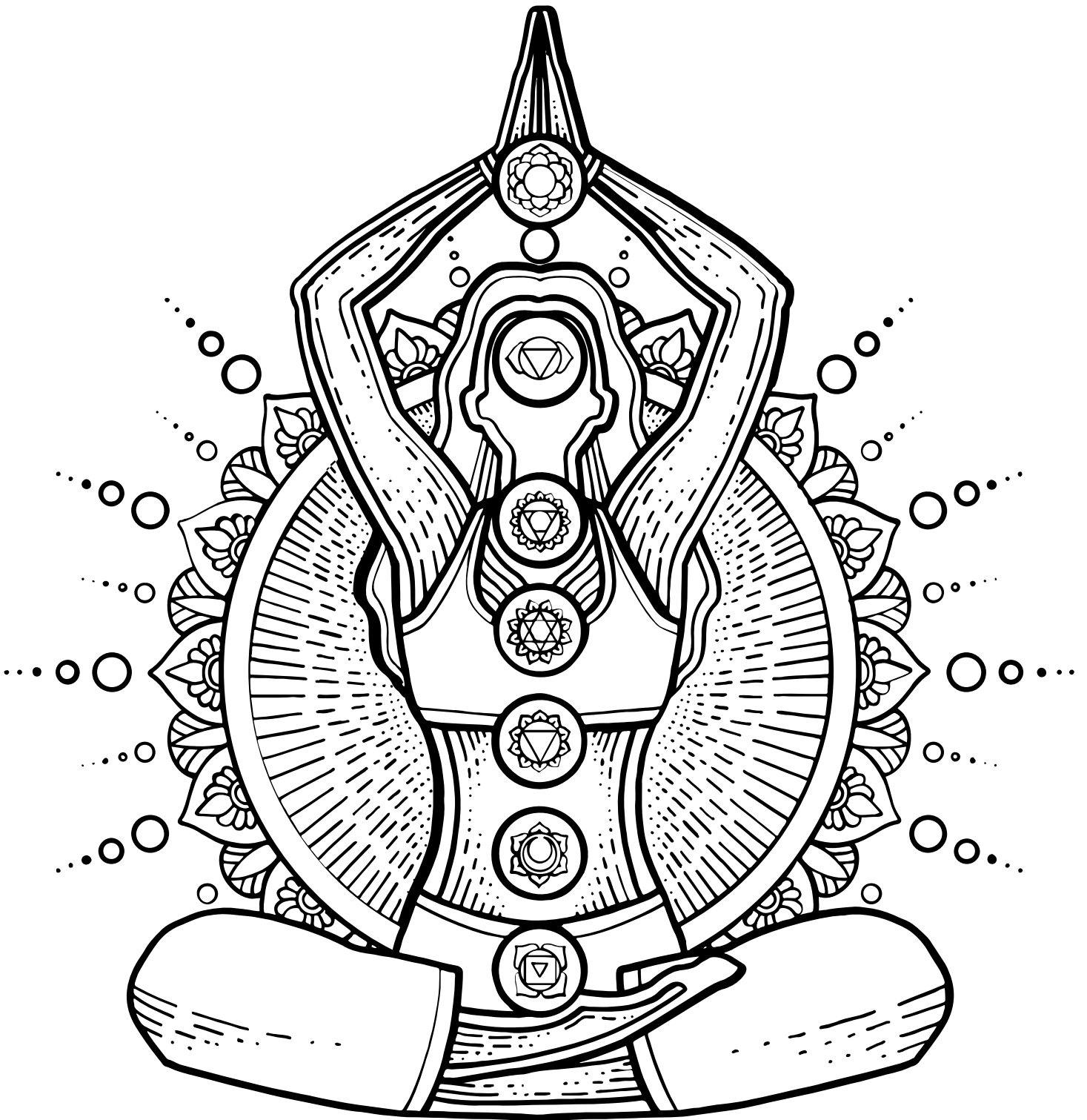


PORTALE DELLA GRAVIDANZA





PORTALE DELLA GRAVIDANZA



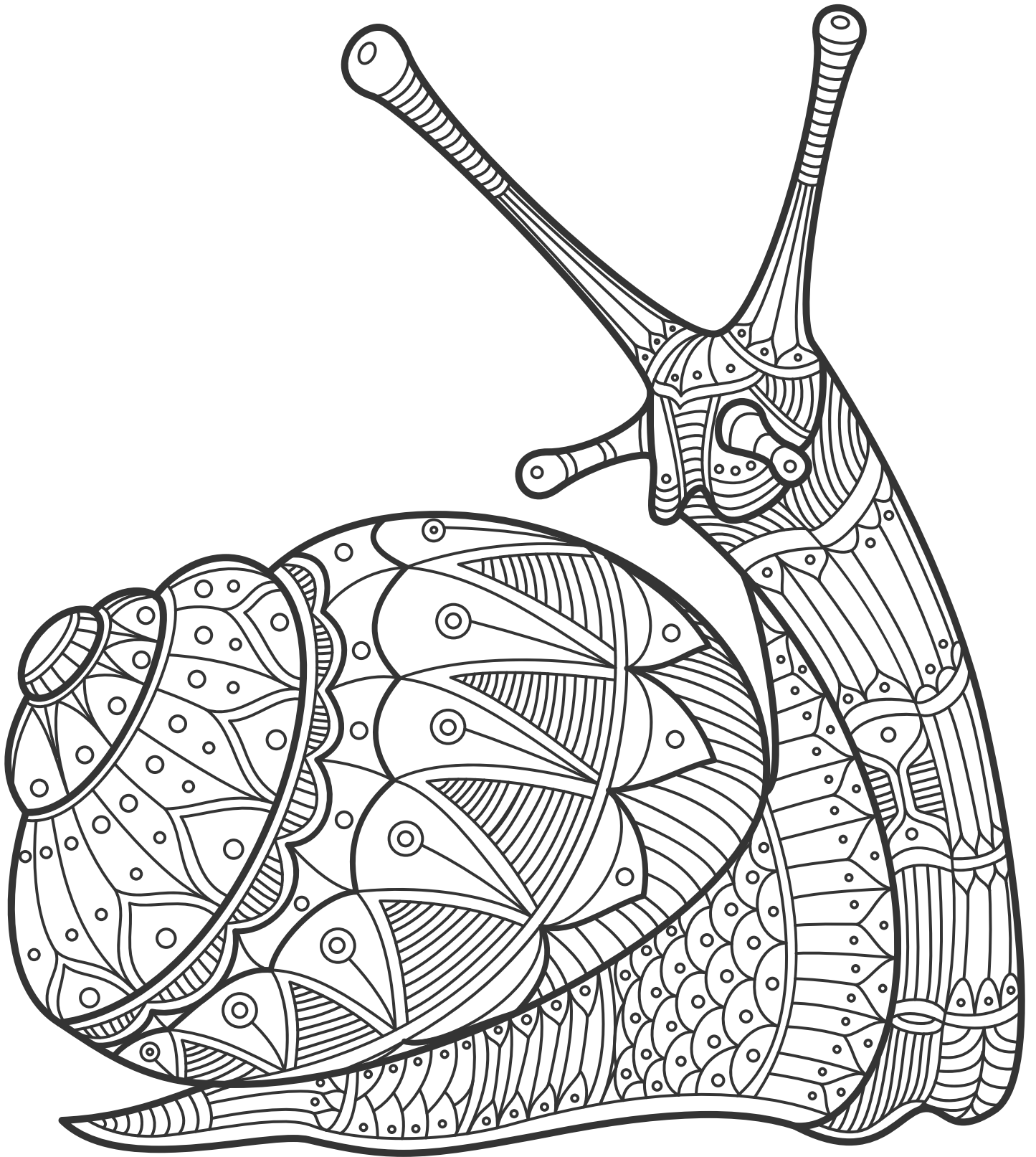


PORTALE DELLA GRAVIDANZA



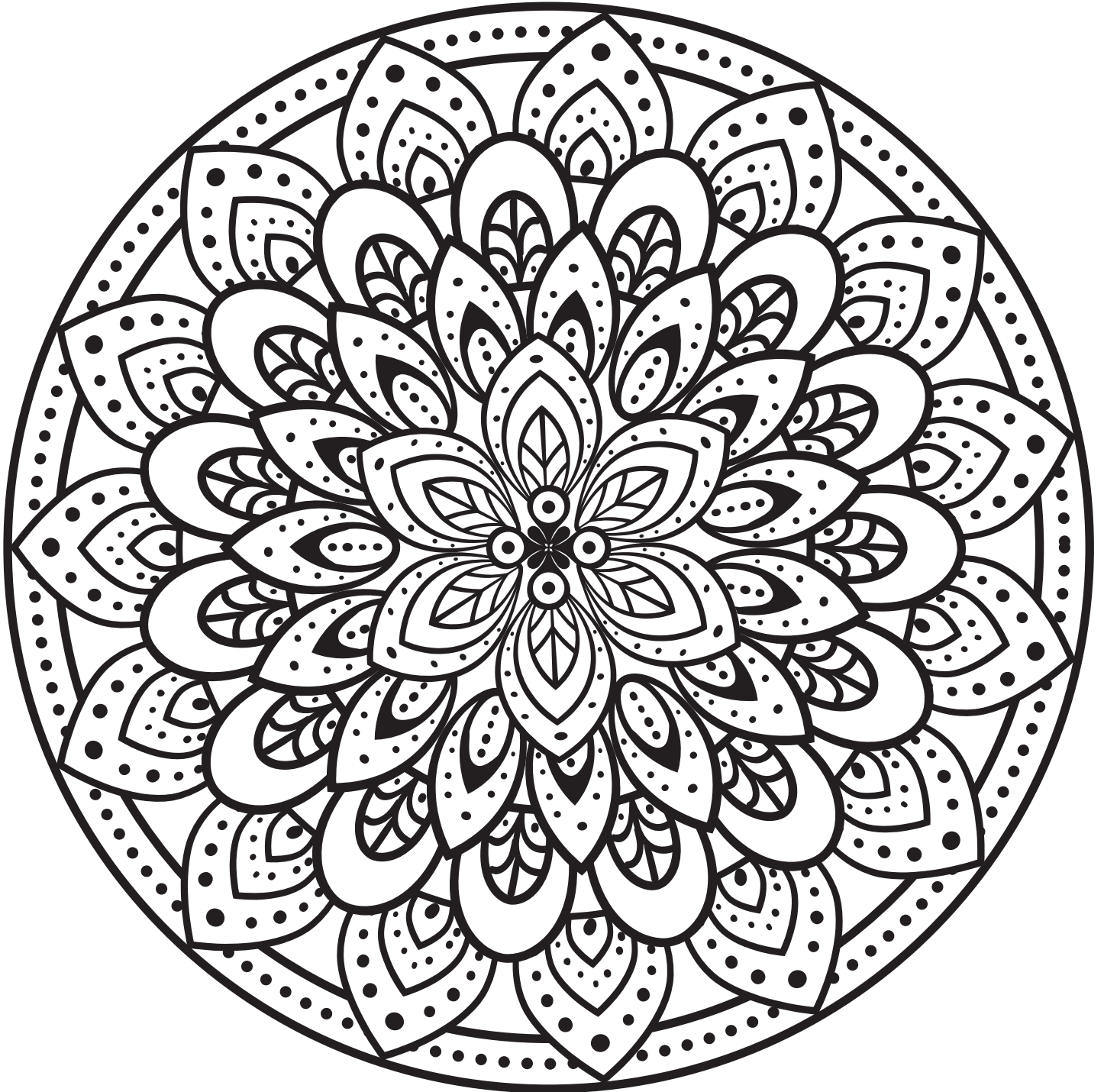


PORTALE DELLA GRAVIDANZA



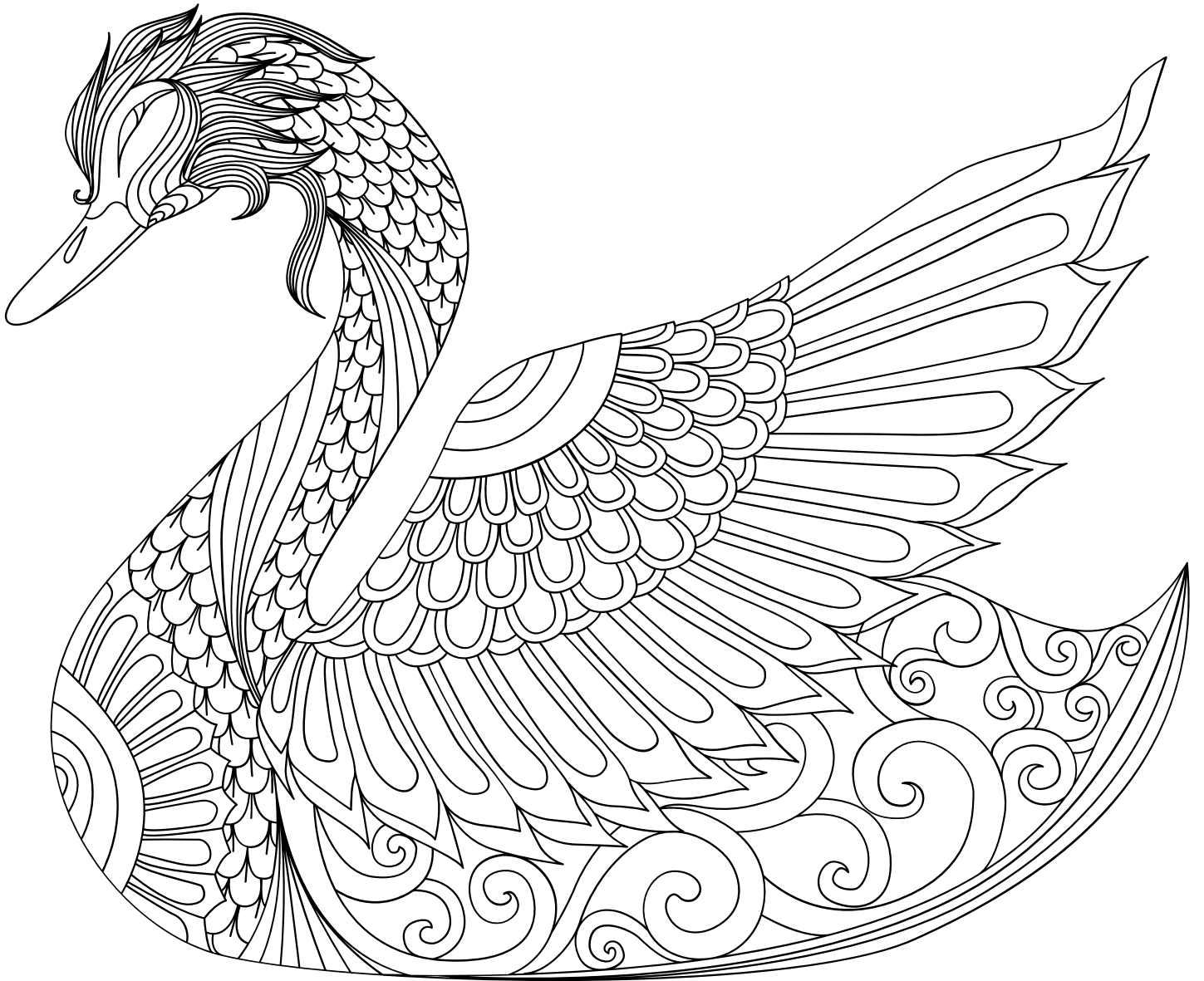


PORTALE DELLA GRAVIDANZA





PORTALE DELLA GRAVIDANZA



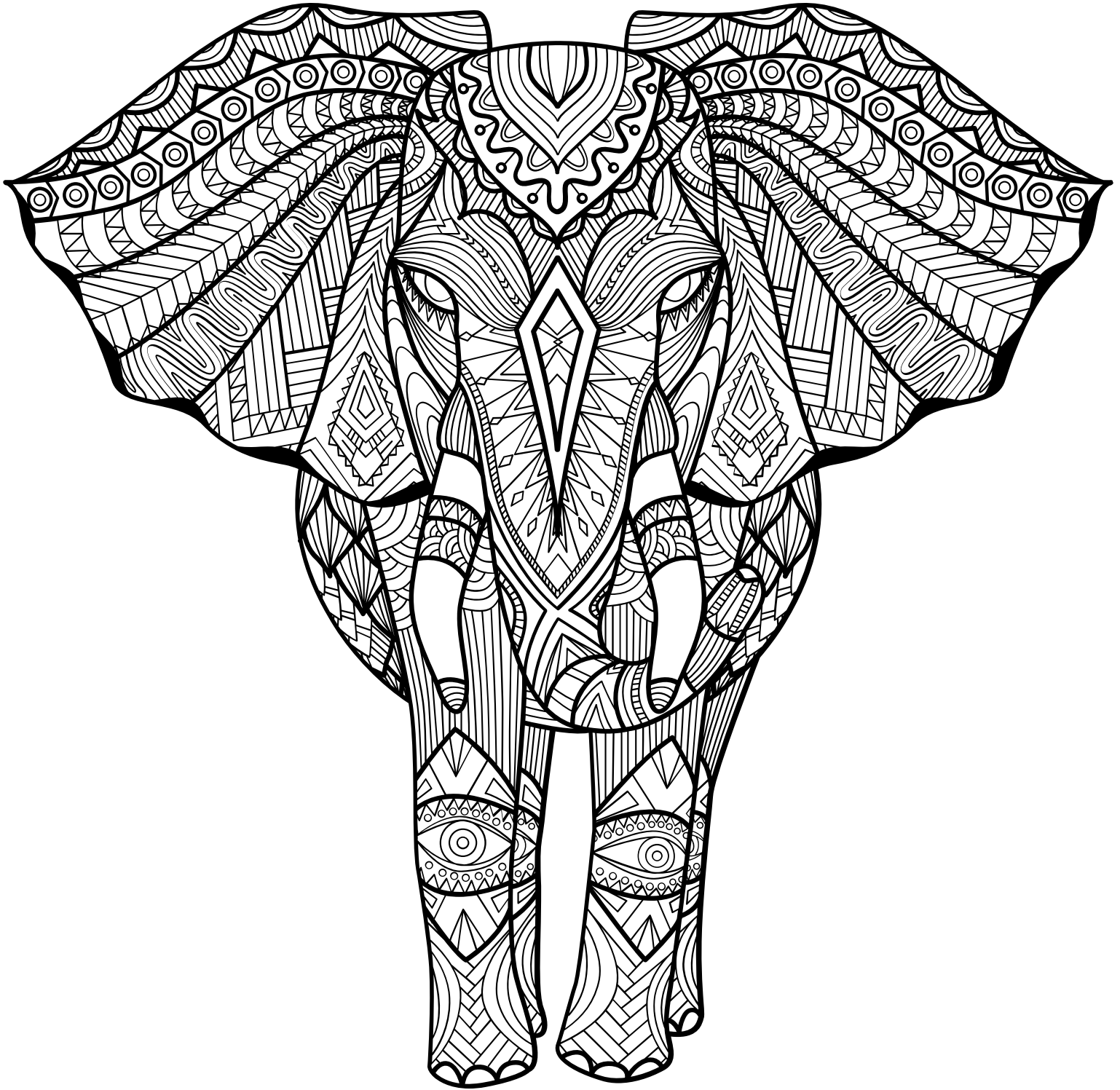


PORTALE DELLA GRAVIDANZA



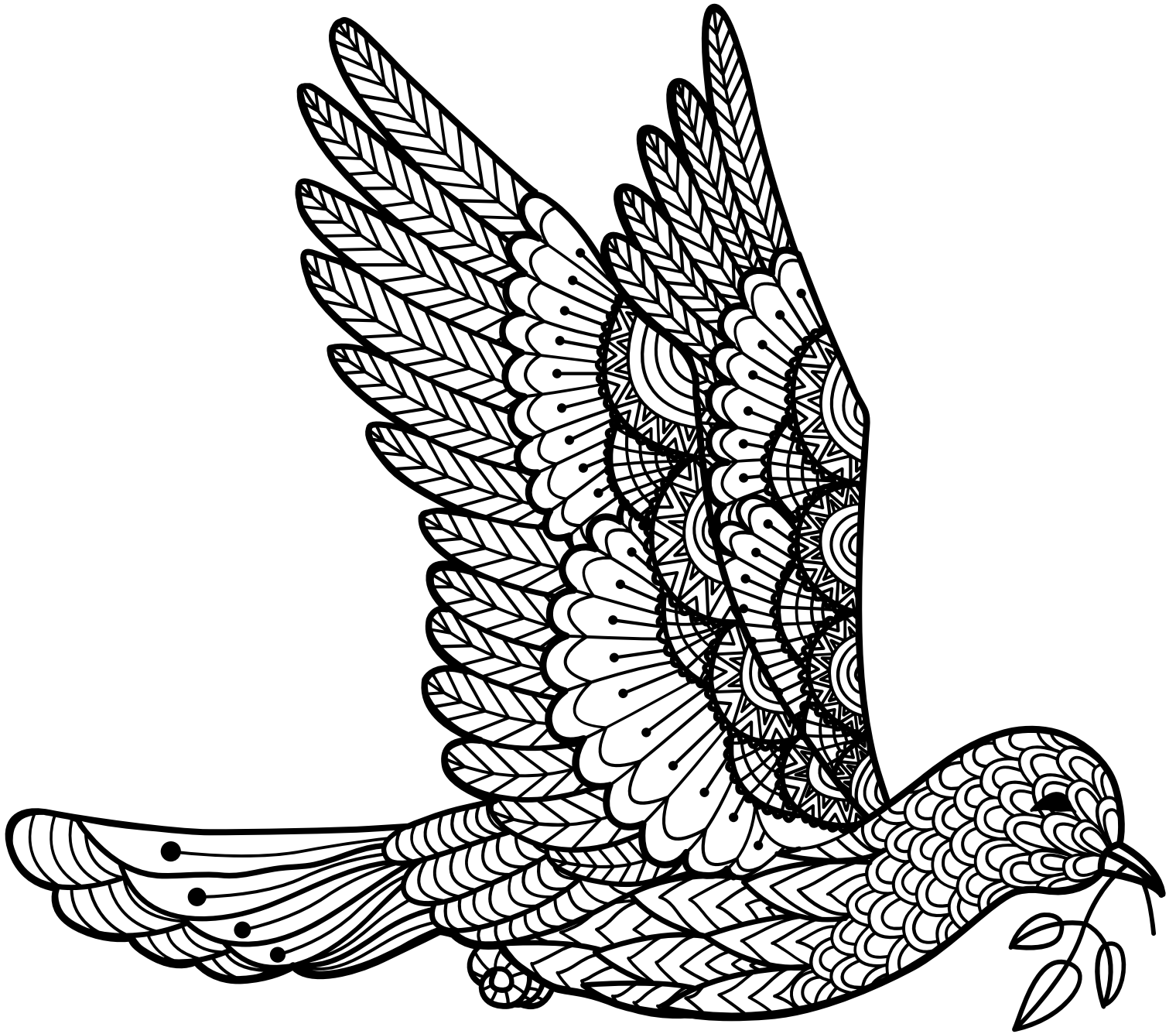


PORTALE DELLA GRAVIDANZA



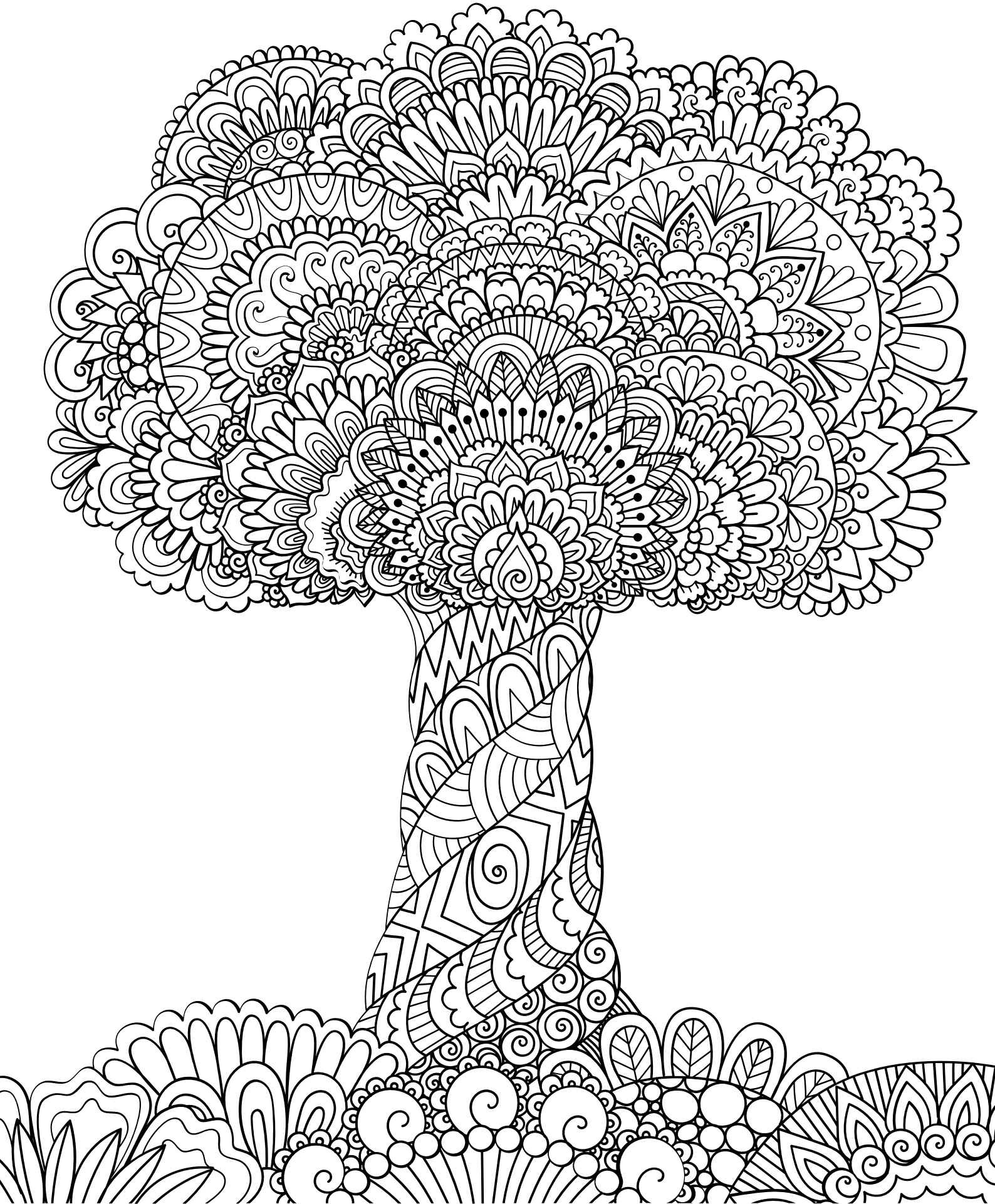


PORTALE DELLA GRAVIDANZA





PORTALE DELLA GRAVIDANZA







# PORTALE DELLA GRAVIDANZA