



Proposte corsi 2022-2023

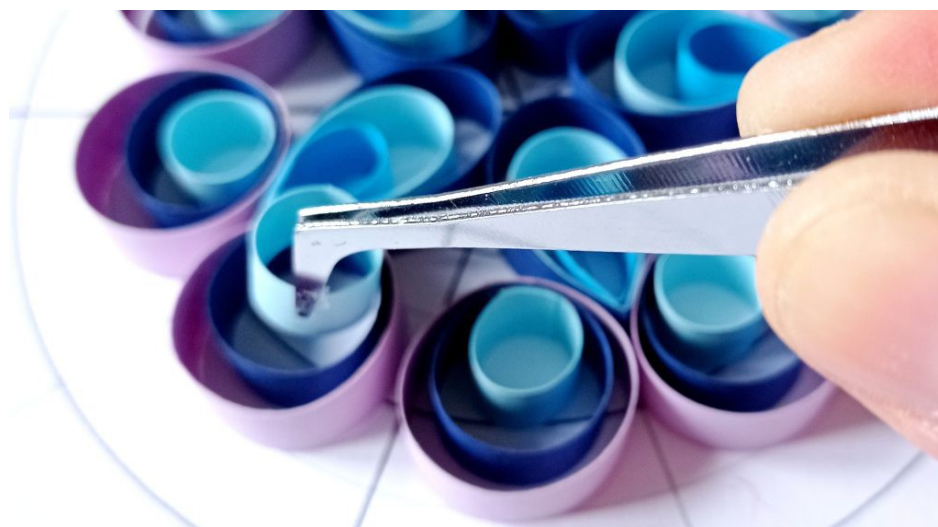
Luogo: i corsi si possono tenere presso associazioni culturali, biblioteche, librerie, cartolerie e altri spazi adatti.

Spazio necessario: ogni partecipante sarà seduto a un tavolo, e avrà lo spazio per lavorare comodamente, nel rispetto delle norme sanitarie vigenti al momento del corso.

Materiale: fornito da me e compreso nel costo del corso, salvo accordi di altro tipo. Il lavoro finito resta ai partecipanti.

Strumenti: per ogni partecipante, per il tempo del corso, saranno messi a disposizione 1 sottovaso centimetrato, 1 matita, 1 forbice, colla, piattino, pennellino. I partecipanti potranno usufruire di strumenti propri (es. pinzette per hobbistica).

Lingue: italiano, inglese



Corsi per adulti:

2 ore – 5-15 partecipanti:

Breve introduzione alla tecnica e realizzazione di un [mandala souvenir](#) del formato di 6,5 cm, compreso di cornice in carta da montare.

4 ore – 5-15 partecipanti:

Cenni di storia dei mandala e breve introduzione alla tecnica.

Realizzazione di una coppia di mandala souvenir coordinati (grandezza 6,5 cm, compresi di cornice in carta da montare), oppure di un modello semplice di mandala décor (grandezza 20 cm, senza cornice).

Nel caso del mandala décor, verranno date brevi spiegazioni su come incorniciarlo.

Corsi per bambini:

2 ore – 5-10 partecipanti:

Breve introduzione alla tecnica e realizzazione di un semplice mandala del diametro di 20 cm, scelto tra i modelli del libro “Mandala 3D” (Giunti, 2020).

Età consigliata: da 10 anni, o con la presenza attiva di un adulto.

Contatti:

Elisa Meneghin – Fatto con Gioia

elisa@fattocongioia.it

tel/whatsapp: 329.39 35 017

Sito e blog: www.fattocongioia.it

Facebook: [@fattocongioia](https://www.facebook.com/fattocongioia)

Instagram: [@fattocongioia](https://www.instagram.com/fattocongioia)



Elisa Meneghin

Mi definisco paper coach perché la tecnica che ho ideato e che insegno mira a lasciar andare i pensieri quotidiani trovando il proprio centro.

Guido le persone alla costruzione del proprio mandala unico, fatto con elementi di carta ripetuti, ritagliati e piegati secondo regole precise che **donano tranquillità e sicurezza nelle proprie possibilità.**



Nel 2020 è uscito per Giunti il mio libro [“Mandala 3D”](#).

Dallo stesso anno partecipo con un mio stand alla [fiera Abilmente di Vicenza](#), tenendo corsi e insegnando alle persone come **trovare un momento per sé** attraverso la creazione di un mandala 3D.

Racconto le ispirazioni che mi guidano in una [newsletter mensile](#), e collaboro con il [portale Be-A di Abilmente](#) con articoli sul craft, i viaggi e il benessere.

Voglio essere un punto di riferimento per creare una rete di persone che considerano la **lentezza un valore irrinunciabile e necessario** al benessere di ognuno.

Sono disponibile alle collaborazioni e alle contaminazioni con altre discipline.

Contatti:

Elisa Meneghin – Fatto con Gioia

elisa@fattocongioia.it

tel/whatsapp: 329.39 35 017

Sito e blog: www.fattocongioia.it

Facebook: [@fattocongioia](#)

Instagram: [@fattocongioia](#)