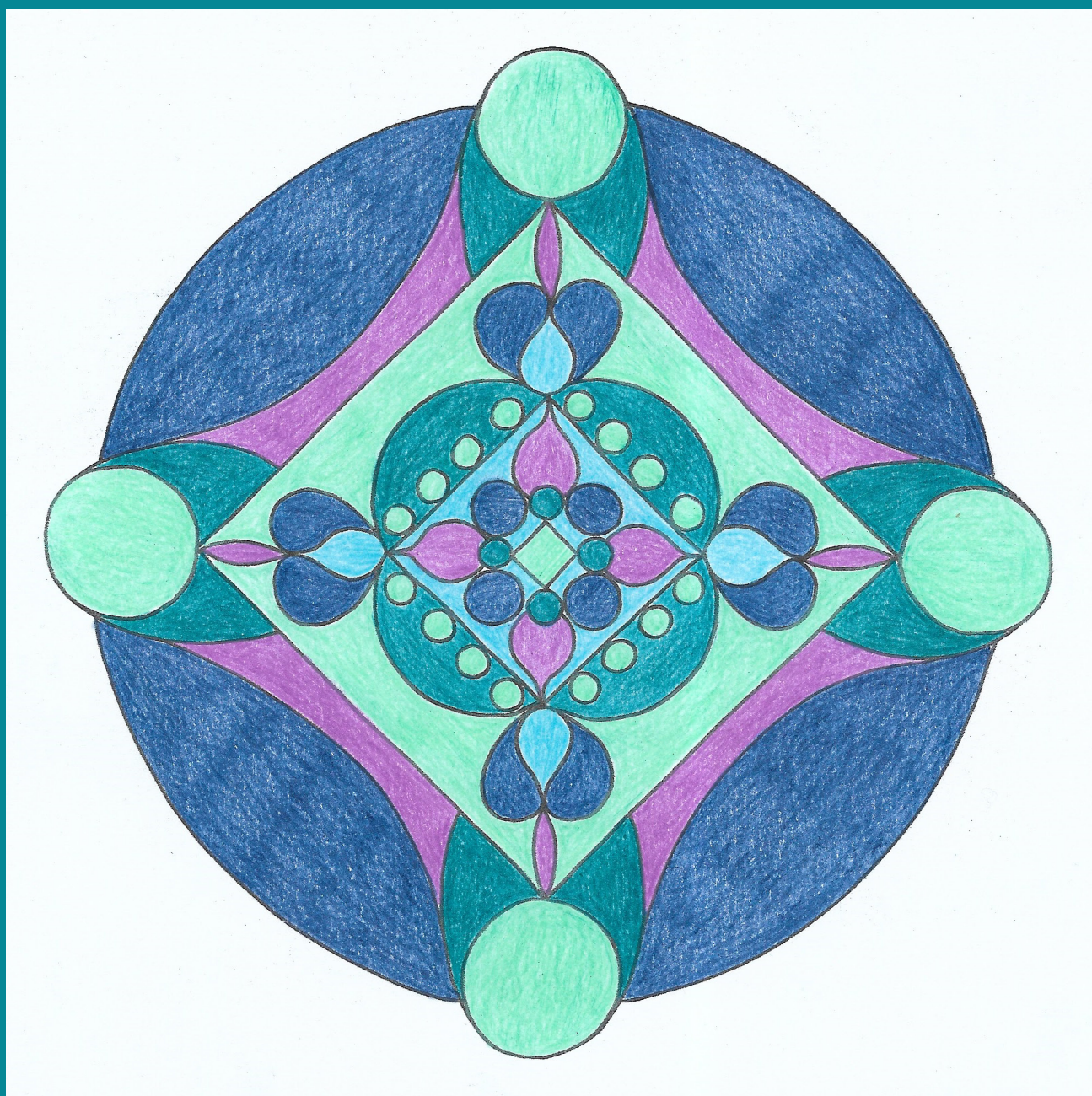


# MONATS-MANDALAS 2024

Malvorlagen digital



Isabella Kappeler

## Liebe Mandala-Interessierte, Lehr - und Fachpersonen

Für jeden Monat im Jahr 2024 habe ich eine eigene Mandala-Ausmalvorlage freihand gezeichnet.

Die Malvorlagen eignen sich gut für den Einsatz

- in Schulklassen oder in der Heilpädagogik
- für sonstige Gruppen oder in der Therapie
- aber auch für individuelles, persönliches Gestalten.

Dazu können die Vorlagen kopiert werden.

Beim Entwerfen habe ich mich auf die jeweilige Monats-Energiequalität eingestimmt. Die Formen entstanden ganz frei und intuitiv.

Es empfiehlt sich, das entsprechende Mandala jeweils anfangs Monat auszumalen und das ausgemalte Bild während des jeweiligen Monats in der persönlichen Umgebung wirken zu lassen, sei dies in der Schule, am Arbeitsplatz oder zu Hause.

Die Mandalas werden Sie und Ihr Umfeld durch Harmonie, Ausgeglichenheit, Entspannung oder auch Kraft erfreuen!

Insbesondere Kinder und Erwachsene mit ADHS schätzen diese Malvorlagen.

### Hier einige Tipps zum Ausmalen der Vorlagen:

- Am besten eignen sich Farbstifte (Buntstifte) zum Ausmalen. Die Farbintensität kann damit gut individuell variiert werden. Aber auch Filzstifte, Malkreiden oder Wasserfarben können verwendet werden.
- Wählen Sie vier oder beliebig viele Farben aus, mit denen Sie Lust zum Malen haben.
- Fühlen Sie sich frei, ob Sie das Mandala von innen nach aussen malen möchten oder von aussen nach innen oder in einer ganz anderen Reihenfolge.
- Beim Ausmalen bringen Sie durch eine symmetrische Wiederholung bestimmter Farben eine zusätzliche Ordnung ins Mandala. Dies ist aber nicht unbedingt erforderlich.
- Die Formen können Sie beliebig verändern oder ergänzen.
- Allgemein gilt beim Ausmalen: Es gibt kein Richtig oder Falsch! Wichtig ist, dass Sie auf Ihre eigenen Impulse hören und sich von ihnen leiten lassen.

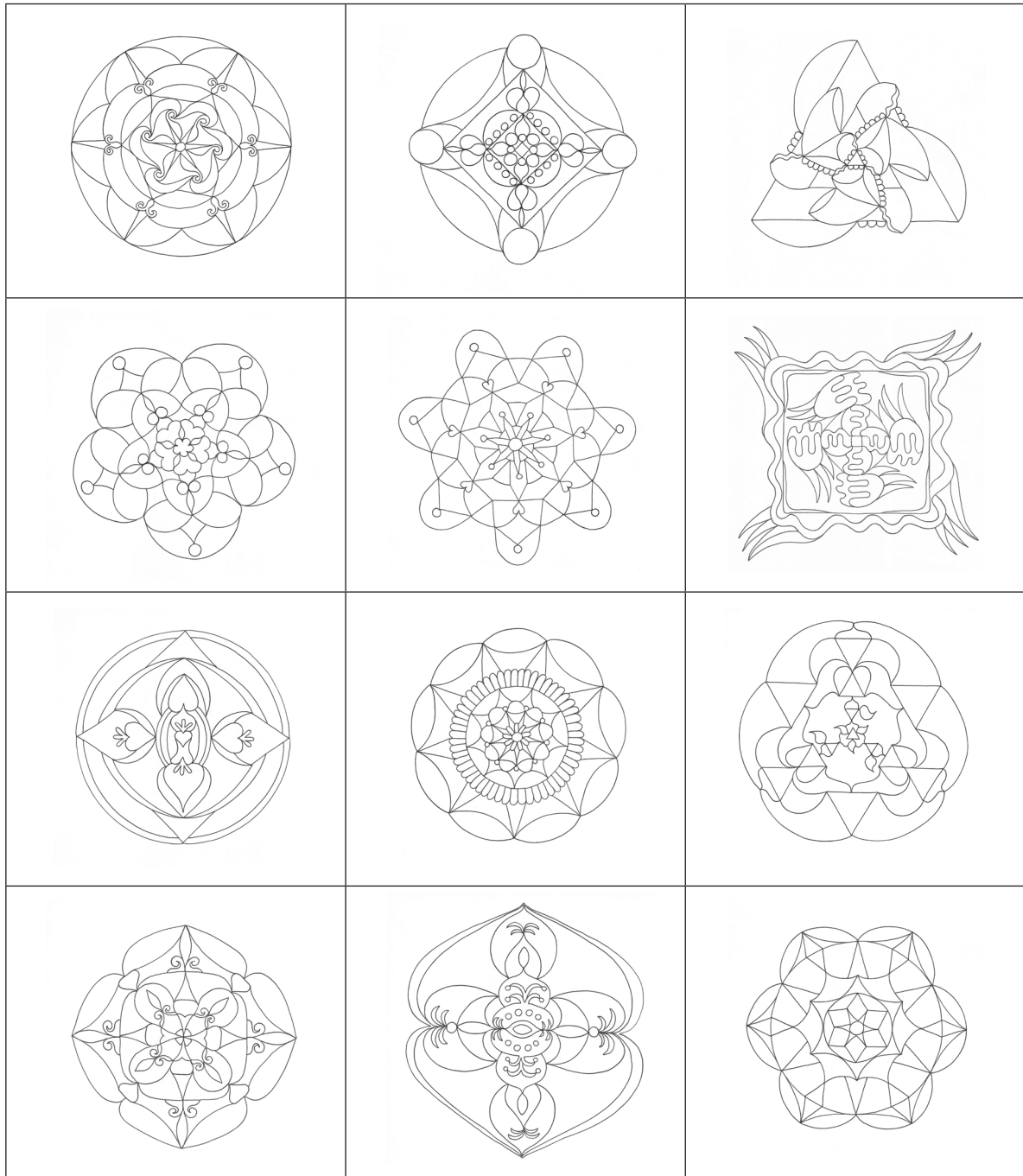
Viel Spass und Freude beim Ausmalen!

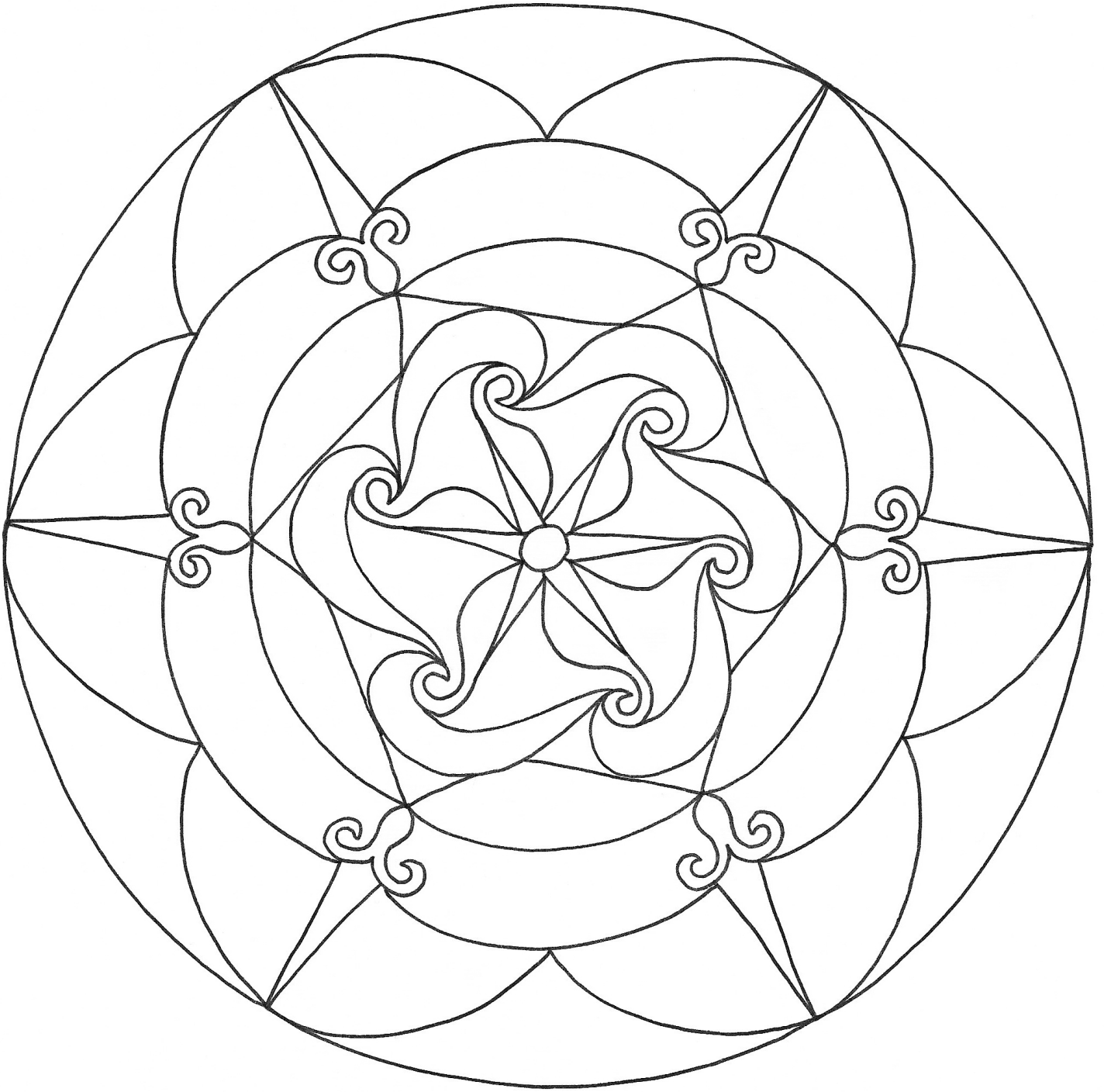
Viel Freude auch beim Betrachten und Wirkenlassen Ihrer bunten Mandalas durch das Jahr 2024!

Mit farbigen Grüßen  
Isabella Kappeler



# Übersicht der 12 Mandala-Malvorlagen 2024





Malvorlage Januar 2024  
Mandala-Design Isabella Kappeler  
[www.mandala-design.ch](http://www.mandala-design.ch)