

# Alfamart Ajak Anak-anak Berkreasi Lewat Lomba Mewarnai dan Menggambar di 10 Kota

Category: Bisnis  
2 September 2024



## Alfamart Ajak Anak-anak Berkreasi Lewat Lomba Mewarnai dan Menggambar di 10 Kota

**BANDUNG, Prolite** – Mendukung kreativitas dan imajinasi anak-anak dalam tumbuh kembangnya, Alfamart menggelar lomba mewarnai dan menggambar di 10 kota untuk anak-anak tingkat Pendidikan Usia Dini (PAUD) dan Sekolah Dasar (SD).

Sebagai wadah menuangkan kreativitas, kegiatan diharapkan dapat membantu meningkatkan kepercayaan diri dan keterampilan mereka dibidang seni.

Berkolaborasi dengan Kodomo, tersedia hadiah total jutaan rupiah untuk para pemenang lomba yang dibagi kedalam tiga kategori. Kategori A mewarnai untuk tingkat PAUD dan TK, kategori B mewarnai untuk kelas 1 sampai 3 SD, serta kategori

C menggambar ditujukan untuk kelas 4 sampai 5 SD.

Seperti yang terselenggara di Kota Bandung, 1000 anak-anak dengan didampingi orang tuanya ikut berpartisipasi pada lomba mewarnai dan menggambar yang digelar di Balai Sartika Convention Hall, Sabtu (31/8/2024).

“Melalui kegiatan ini, Alfamart ingin memberikan wadah dan ruang bagi anak-anak menyalurkan bakat dan kreativitasnya di bidang seni khususnya mewarnai dan menggambar. Kita menargetkan, di setiap kota pelaksanaan ada 1000 peserta yang mengikuti lomba ini, dengan begitu ada banyak anak-anak yang dapat bisa berpartisipasi,” jelas Marketing Director Alfamart, Ryan Alfons Kaloh dalam keterangan resminya.

Ryan menambahkan, kegiatan ini juga sebagai ajang yang mempertemukan para orang tua untuk bisa bertukar informasi tentang hal-hal menarik seputar tumbuh kembang anak.

“Selain menemani anak-anak mereka mengikuti lomba mewarnai dan menggambar, para orang tua juga dapat saling bertukar informasi dan menjalin silaturahmi dengan yang lainnya. Alfamart juga berharap, kegiatan ini menjadi bagian dalam menjalin hubungan yang hangat dengan para orang tua peserta,” pungkasnya.

Menariknya, pada kegiatan ini tema lomba yang diberikan kepada peserta berbeda setiap periode pelaksanaannya. Seperti pada periode bulan Agustus mengangkat tema ‘Hari Kemerdekaan’, September ‘Olahraga’, Oktober ‘Gigi dan Mulut’, dan November ‘Kebersihan Badan’.

Kegiatan yang digelar dalam sehari ini tampak diikuti dengan penuh antusias oleh seluruh peserta. Selain lomba, para peserta juga dapat menikmati hiburan dan game interaktif yang bisa diikuti dan membuat semakin meriah kegiatan tersebut.

Santi, salah satu orang tua peserta menyebut, lomba yang diadakan Alfamart dan Kodomo ini sangat menarik. Ia

mendaftarkan putrinya yang masih tingkat TK untuk ikut pada kegiatan ini.

“Acaranya menarik dan seru, anak saya sangat antusias mengikuti lombanya. Anak saya memang suka mewarnai kalau di rumah, dan ini lomba pertama bagi anak saya. Jadi menjadi pengalaman bagi anak dan kami sebagai orang tua,” ucapnya.

Sama halnya seperti, Rini. Ia mengaku mendapatkan informasi kegiatan lomba mewarnai dan menggambar ini dari media sosial.

“Awalnya saya lihat di media sosial, kalau Alfamart ngadain lomba ini. Langsung saya daftarkan anak saya untuk ikutan. Malah anak saya itu antusias banget, dari sebelum berangkat sudah nggak sabar dia mau ikut lomba mewarnai,” tuturnya.

Lomba mewarnai dan menggambar yang diselenggarakan Alfamart bersama Kodomo ini terlaksana selama periode Agustus sampai November 2024 di 10 Kota. Yaitu, Bandung, Bekasi, Klaten, Makassar, Malang, Manado, Palembang, Cirebon, Pontianak, dan Jakarta.

---

## **Temukan Inner Peace dengan Art Therapy : Mengubah Stres Jadi Karya Seni di Kanvas**

Category: LifeStyle  
2 September 2024



**Prolite** – Pernah nggak sih, ngerasa hidup begitu berat? Pikiran jadi penuh dan overthinking nggak bisa dihindari? Nah, ternyata ada cara yang seru banget buat membantu mengatasi hal-hal seperti itu, yaitu dengan *art therapy*!

Yep, seni yang satu ini bukan cuma tentang menciptakan gambar indah, tapi juga bisa jadi jalan untuk menyembuhkan pikiran.

Daripada cuma jadi penikmat seni, kenapa nggak coba jadi pelukisnya? Yuk, kita ulik gimana seni bisa jadi jalan untuk menemukan kedamaian dalam diri!

## Apa Itu Art Therapy?



*Ilustrasi – Art Therapy South Africa*

*Art therapy* atau terapi seni adalah sebuah metode penyembuhan yang menggunakan seni, seperti melukis dan menggambar, sebagai alat untuk mengeksplorasi perasaan, menyelesaikan konflik emosional, mengurangi kecemasan, dan meningkatkan kesejahteraan mental secara keseluruhan.

Yang keren dari *art therapy* ini adalah kamu nggak perlu jago

gambar untuk menikmatinya. Nggak ada aturan bahwa hasilnya harus sempurna atau indah—yang penting adalah proses kreatif yang kamu lalui.

Amelia Devina, Co-Founder Kriyajiva Art Therapy and Healing Center, mengungkapkan bahwa sumber stres dalam hidup kita beragam, dan salah satunya adalah *overthinking*.

Menurut Amelia, *art therapy* bisa jadi salah satu cara ampuh untuk menangani *overthinking* ini.

## Bagaimana Melukis Bisa Membantu Proses Penyembuhan Mental?



*Ilustrasi – iStock*

Melukis bisa jadi jalan untuk mengekspresikan apa yang sulit diungkapkan dengan kata-kata.

Misalnya, saat kita merasa stres, cemas, atau bahkan terjebak dalam pikiran negatif, melukis bisa menjadi media untuk mengeluarkan semua emosi tersebut.

Proses melukis membantu kita fokus pada momen saat ini, menjauhkan pikiran dari hal-hal yang mengganggu.

Amelia juga menjelaskan bahwa dalam *art therapy*, yang penting bukanlah keindahan hasil gambar, melainkan bagaimana proses menggambar itu dilakukan.

*“Bukan kebagusan gambarnya, tapi sebenarnya bagaimana proses kita dalam menggambar. Apa makna yang kita bisa dapatkan dari hasilnya juga,” ungkapnya.*

Dengan melukis, kita bisa merasakan relaksasi, mengurangi stres, dan bahkan menggali kreativitas yang mungkin selama ini tersembunyi.

Nggak cuma itu, *art therapy* juga bisa jadi cara untuk healing dari trauma atau luka masa kecil yang belum sembuh.

Amelia menambahkan, “*Untuk orang dewasa, sesederhana kita bisa relaksasi, kita bisa release stress, kita bisa menggali kreativitas kita, dan bahkan bisa masuk ke trauma healing atau inner child healing.*” Keren, kan?

## Manfaat Art Therapy untuk Semua Kalangan



*Ilustrasi seorang anak yang sedang melukis – Freepik*

*Art therapy* nggak cuma bermanfaat buat orang dewasa, tapi juga buat remaja dan anak-anak. Untuk anak-anak, misalnya, metode ini bisa membantu merangsang perkembangan otak dan motorik mereka.

Jadi, selain menyenangkan, melukis juga punya manfaat yang luar biasa untuk perkembangan mereka.

“*Untuk anak-anak, bahkan bisa sampai membantu merangsang otak mereka agar lebih brain develop, dan juga bisa untuk motoriknya mereka,*” jelas Amelia.

Melukis sebagai terapi adalah sebuah metode yang fun dan efektif untuk menyembuhkan pikiran.

Lewat proses kreatif ini, kita bisa menemukan cara baru untuk menghadapi stres, menggali kreativitas, dan bahkan menyembuhkan luka batin.

Jadi, nggak ada salahnya untuk mulai meluangkan waktu buat melukis, kan?

Siapa tahu, lewat goresan-goresan di atas kanvas, kita bisa menemukan kedamaian dan kebahagiaan yang selama ini kita cari.

*So, siap mencoba art therapy? Grab your brushes and let the healing begin! ☺*