effica Zen
ateliers de bien-être au travail

CRÉATION VÉGÉTALE
LE KOKÉDAMA



OBJECTIF

Reconnecter avec la nature

SANTÉ DE L'ÉQUIPE

Le kokédama est un art végétal japonais consistant à créer une sphère de terre recouverte de mousse, dans laquelle pousse une plante.
Lors de l'atelier, chaque participant façonne sa propre composition en modelant la terre à la main, en choisissant sa plante et en enveloppant le tout de mousse naturelle.
Ce moment de création favorise le calme, le lien avec la nature et le plaisir de repartir avec une pièce unique, vivante, que l'on a façonnée soi-même

En pratique

EXPERT

Créateur végétal / Art thérapeute

PARTICIPANTS

10-12 personnes

MATÉRIEL

une salle de réunion avec une grande table

FORMAT

1h30 (ou sur mesure selon les besoins)