



GREEN ET LOCAL

# ATELIERS

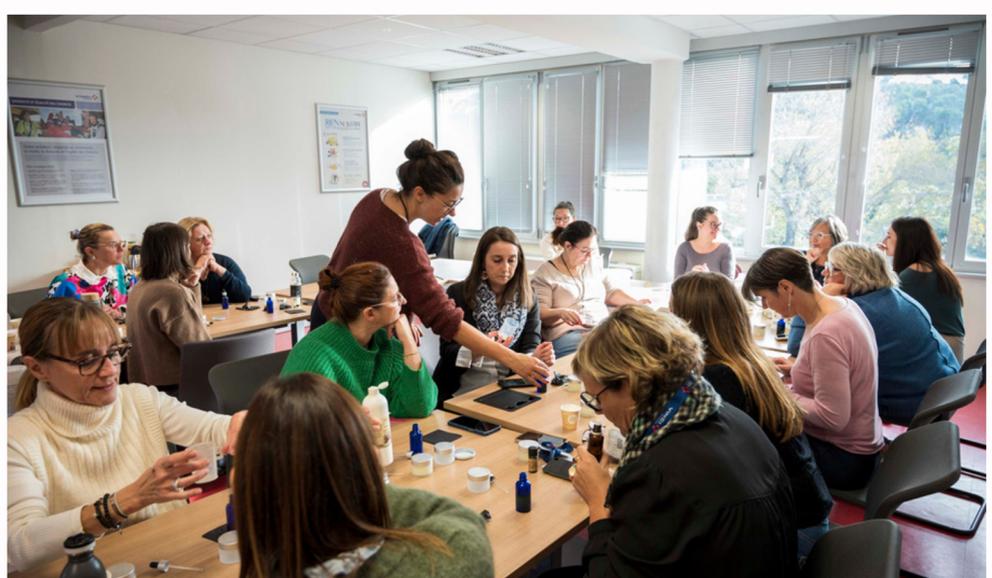


## TEAM BUILDING & COHÉSION D'ÉQUIPES

INSPIREZ, Rassemblez et fédérez vos équipes autour  
d'ateliers innovants et durables.

# GREEN LAB ASSOCIATION

## ATELIER ET UNIVERS DE GREEN ET LOCAL



# LES ATELIERS

CULINAIRES

2025/2026

## LACTO-FERMENTATION

Apprenez à préparer des légumes fermentés et découvrez les bienfaits de cette technique ancestrale pour la santé et l'environnement.

- Durée : 2h
- Participants : Jusqu'à 30 personnes/atelier
- Résultats : Chaque participant repart avec son propre bocal + Dégustations sur place.



## CUISINE VÉGÉTARIENNE & ALIMENTATION VIVANTE

Mettez la main à la pâte et découvrez des recettes gourmandes et faciles à réaliser, saines et adaptées à tous.

- Durée : 3h
- Participants : Jusqu'à 15 personnes
- Résultats : Un moment gourmand et fédérateur.

## PÂTISSERIE VÉGÉTALE

Parfait pour les amateurs de douceurs et pour sensibiliser à des alternatives plus respectueuses de l'environnement et des intolérances alimentaires.

- Durée : 2h30
- Participants : Jusqu'à 20 personnes
- Matériel fourni : Ingrédients, ustensiles, fiches recettes.



# LES ATELIERS

CULINAIRES

2025/2026

## GRAINES GERMÉES ET MICROPOUSSES

Initiez-vous à la culture des graines germées et micro-pousses, riches en nutriments.

- Parfait pour : Ceux qui souhaitent intégrer le "vivant" dans leur alimentation.
- Résultats : Repartez avec votre Pot de graines germées et de micropousses
- Durée : 1h30
- Participants : Jusqu'à 30 personnes



## GOURMANDISES VÉGÉTALES

Un atelier créatif et gourmand pour apprendre à réaliser des truffes végétales et autres douceurs à base d'ingrédients naturels. Sans produits laitiers, ni sucre raffiné, ces recettes surprendront vos papilles tout en étant simples à reproduire.

- Durée : 2h30
- Participants : Jusqu'à 20 personnes
- Résultats : Un moment gourmand et fédérateur.

## LES FLEURS DANS L'ALIMENTATION

Explorer l'univers des fleurs comestibles et leurs nombreuses applications en cuisine. Apprenez à intégrer ces trésors de la nature dans des recettes originales et écoresponsables.

- Durée : 2h30
- Participants : Jusqu'à 15 personnes
- Matériel fourni : Fleurs comestibles (fraîches et séchées), contenants et ingrédients.



# LES ATELIERS

ZÉRO-DÉCHET

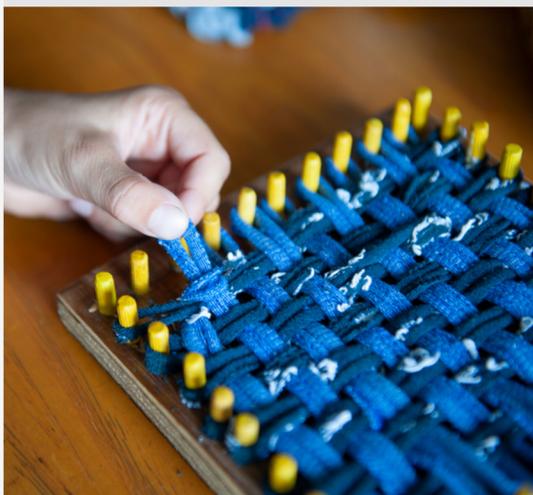
2025/2026

## COSMÉTIQUE



Fabrication de Cosmétiques Naturels  
Initiez vos équipes à la création de produits du quotidien comme un dentifrice ou un déodorant et un sérum visage, 100 % naturels et personnalisés.

- Durée : 2h
- Participants : Jusqu'à 30 personnes
- Résultats : Une expérience ludique et éthique !



## TAWASHI

Créez des éponges zéro déchet tout en renforçant les liens de votre équipe.  
Activité manuelle idéale pour sensibiliser vos équipes à la démarche zéro déchet tout en favorisant la coopération et le travail collectif.

- Durée : 1h30
- Participants : Jusqu'à 30 personnes
- Matériel fourni : Supports de tissage, textiles recyclés, accessoires nécessaires.

## COSMÉTIQUE HOMME

Cet atelier est spécialement conçu pour répondre aux attentes des hommes en quête de produits naturels, pratiques et personnalisés.

- Durée : 1h30
- Participants : Jusqu'à 20 personnes
- Matériel fourni : Huiles végétales, huiles essentielles, contenants réutilisables.



# LES ATELIERS

ZÉRO-DÉCHET

2025/2026

## PRODUITS MÉNAGERS NATURELS

Apprenez à fabriquer vos propres produits ménagers, économiques et non toxiques, à base d'ingrédients simples et accessibles.

- Durée : 2h
- Participants : Jusqu'à 20 personnes
- Matériel fourni : Matières premières, contenants réutilisables et fiches recettes.



## POUR LE CORPS

Cet atelier propose une initiation ludique à la cosmétique naturelle, avec la création de soins pour le corps adaptés à tous types de peaux.

- Durée : 2h30
- Participants : Jusqu'à 20 personnes
- Matériel fourni : Ingrédients naturels, contenants réutilisables et fiches recettes.

## MAQUILLAGE NATUREL

Apprenez à fabriquer des produits de maquillage sains, personnalisés et respectueux de la planète. un moment convivial et créatif où chacun apprend à composer des produits de beauté sains, adaptés à sa peau, tout en renforçant les liens au sein du groupe.

- Durée : 2h
- Participants : Jusqu'à 20 personnes
- Matériel fourni : Matières premières, contenants et fiches recettes.



# LES ATELIERS

UNE VISION COMMUNE

2025/2026

## TABLEAU DE VISUALISATION

Un atelier interactif où les participants créent leur propre tableau de visualisation, symbolisant leurs objectifs personnels et professionnels

- Durée : 2h
- Participants : Jusqu'à 30 personnes
- Résultats : Chaque participant repart avec son tableau personnalisé et une vision renforcée pour avancer ensemble.





## POURQUOI CHOISIR NOS ATELIERS ?

- Des activités engageantes et originales : Laissez vos collaborateurs découvrir de nouvelles compétences, comme la lactofermentation, la fabrication de cosmétiques naturels ou encore la création de tableaux de visualisation.
- Un moment de cohésion unique : Nos animations favorisent l'échange, la collaboration et la créativité dans une ambiance conviviale et bienveillante.
- Une approche durable et responsable : Chaque atelier utilise des produits issus de filières locales et écologiques, en phase avec vos valeurs d'entreprise.

- **Flexibilité** : Nous nous adaptons à vos besoins et aux contraintes de votre entreprise.
- **Ambiance conviviale** : Nos ateliers créent un environnement propice aux échanges et à la détente.
- **Impact positif** : Des activités durables qui sensibilisent vos équipes à des pratiques plus responsables.

## DEMANDE DE DEVIS RÉPONSE EN 24H



## NOUS CONTACTER

Tel : 06 29 14 17 69

Mail : [greenetlocal@gmail.com](mailto:greenetlocal@gmail.com)

Site : <https://www.greenetlocal.com>

@green\_et\_local

