

체험 제안서



유리 안의 작은 세상 이끼 테라리움

특징

- 그린(식물의 컬러)이 주는 편안함으로 심리적 안정을 주는 시간
- 오감만족활동으로 지친 몸과 마음의 활력을 주는 과정
- 만드는 시간 동안 웃음이 끊이지 않는 행복의 시간을 주는 클래스

Keyword



#테라리움



#힐링



#반려식물



#소통

지친 일상에서 잠시나마 식명(식물 보며 휴식)을 즐기며
오롯이 나에게 집중할 수 있는 시간을 만들어줄 그린 테라피를 해보는 콘텐츠입니다.



콘텐츠금액 기본 인원 10명 44만원 (추가 1인당 44,000원)

교육내용및순서	
5m	오리엔테이션 - 강사 소개 - 프로그램 소개
5m	테라리움이란? - 테라리움의 원리 (테라리움이란 무엇인지 알아보기) - 테라리움 관리 노하우 - 진행 과정에서 주의사항
10m	테라리움 재료 소개 & 만드는 순서 - 재료 소개(유리 볼, 난석, 숯 가루, 배양토, 마사, 피규어, 후마타 고사리, 이끼) - 이끼 종류 소개 (비단 이끼, 물이끼, 꼬리 이끼 등이 이끼 종류와 관리법) - 만드는 순서 1. 유리 볼 닦기 2. 난석 넣기 3. 숯 가루 넣기 4. 배양토 넣기 5. 식재 하기 6. 마사로 마무리 7. 피규어 장식
10m	데몬 - 만드는 순서대로 강사의 시연 : 예쁘게 배치하는 방법, 쉽게 식재하는 방법을 시연하면서 보충 설명
50m	나만의 테라리움 활동하기 - 참여자 실습 - 질문과 코칭& 피드백 * 실습 중 어려운 부분 언제든지 도와드리며 중간 체크해 드립니다.
10m	마무리 - 체험의 소감 나누기

유익하고 재밌는 핸드드립을 통해 커피로 힐링하기

특징

- 인공적인 커피가 아닌 자연적인 방법으로 내리고 경험할 수 있습니다.
- 특별한 커피 레시피를 터득할 수 있습니다.
- 나만의 커피를 만들어 가지고 갈 수 있습니다.

Keyword



#커피테이스팅



#커피



#힐링



#스트레스해소

교육 현장



콘텐츠금액 기본 인원 10명 48만원 (추가 1인당 43,000원)

교육내용및순서


10m	오프닝 - 강의 시작 및 강사 소개 - 오늘의 과정 안내
30m	핸드드립 방법과 도구 안내 - 핸드드립 사용방법 배우기 - 각 도구의 특징에 대해 알아 가기
30m	핸드드립 실습 - 2인 1조, 조별로 진행 - 직접 커피를 내려 맛을 보고 커피 취향을 찾아가기
40m	커피 핸드드립 및 테이스팅 - 특별한 레시피를 배우고 핸드드립 이해를 심화하는 시간
10m	나만의 커피 만들기 - 선택한 커피를 대용량으로 내려 테이크 아웃 컵에 가져가기
10m	마무리 - 커피 Q&A - 정리 및 기념촬영

답답한 사무실과 차 안을 숲속 향기로 만드는 나만의 디퓨저 만들기


특징

- 여러 향을 조합해 나만의 디퓨저를 만들어보는 워크숍
- 숲속의 향기로 바쁜 현대 속에서 힐링을 만날 수 있는 과정
- 감정 카드로 솔직한 내 감정에 대해 알아가고 심리적인 위안을 받을 수 있는 시간


Keyword




#힐링



#아로마테라피



#컬러테라피



#스트레스관리

교육 현장



콘텐츠금액 기본 인원 10명 55만원 (추가 1인당 55,000원)

교육내용및순서	
10m	오프닝 - 강사 소개 및 커리큘럼 소개 - 나만의 디퓨저 만들기 수업 시작
20m	감정 카드로 나의 감정 들여다보기 - 감정 카드를 통해 내 마음을 들여다보고 내 마음 알아보기
30m	시향 하기 - 천연 아로마 에센셜 오일 효능 알기 - 천연 아로마 에센셜 오일 시향 하기(5가지) - 인공향 프레그런스 오일 시향 하기- 인공 향과 천연 향 차이 알아보기
20m	나만의 디퓨저 만들기 - 여러 가지 향을 블렌딩하는 시간 - 향을 조합해 보며 나만의 디퓨저 만들기
10m	마무리 및 사진 촬영 - 단체사진촬영 - 마무리 정리