

Bonjour,

Pour cette semaine voici une proposition de fabrication de jardin zen pour petits et grands !

Le but est de passer un temps convivial à tout âge !

Le jardin zen :

Matériel :

- Un **contenant** plat et pas très haut
ex : Couverture de boîte à chaussure, un cadre photo, un plateau etc.
- Un mini **râteau**
ex : Une fourchette, des cure-dents, des stylos, des crayons etc...
- Des **grains**
ex : Du sable, de la semoule, des lentilles, du pain en miettes sèches etc...
- De la **décoration**
ex : Des cailloux, des galets, de la mousse, des figurines, des bougies etc.



Le jardin zen miniature aide à se concentrer, à améliorer sa patience et retrouver le calme. C'est dans cette optique que l'on utilise le sable en guise de toile.

Dans un contenant placez les grains, les cailloux etc. A l'aide du râteau vous pouvez tracer des lignes et faire des dessins. Ajoutez la décoration qui vous plaît !

Vous pouvez réaliser un jardin asymétrique, avec plusieurs couleurs ou non. Laissez libre cours à vos envies !

Utilisez ce que vous trouvez dans la nature et dans les placards, c'est plus amusant !



A vos jardins et bonnes réalisations :)