

Formation de sylvothérapie – Devenir guide de bain de forêt

2024



Huit jours pour s’immerger complètement dans le monde de la forêt et apprendre le soin avec les arbres

Je t’invite à une profonde immersion au cœur de la forêt, dans l’intimité des arbres, à la rencontre de la vie. Outre les bases de biologie végétale, de botanique, de gestion forestière, et des aspects très techniques sur l’organisation de bains de forêt, apportés par ces stages ; nous entrerons avec douceur et respect dans le monde forestier afin de nouer une connexion intime avec la forêt. Dans ce monde merveilleux peuplé d’êtres extraordinaires, laissons-nous apprendre par le vivant, pour une plongée au cœur de soi et de la vie.

Que tu sois déjà thérapeute ou non, nous apprendrons un accompagnement juste de l’autre, des autres, dans un lien de cœur à cœur, et dans le respect de la vie. Viens rencontrer la forêt dans toutes ses dimensions, laisse-la te transformer, en toute humilité, pour être en mesure de la faire découvrir à ton tour et d’accompagner les transmutations qui s’opéreront dans tes propres bains de forêt.

Viens retrouver ta connexion profonde à la nature, au sauvage, à ton être profond. Tu retrouveras ta reliance au vivant, et tes capacités intuitives. Pour un lien de cœur avec la vie.



Le stage sera basé au Bois de Saint Blanquat à Saint Lizier (09), domaine magnifique de 56 hectares avec des arbres fabuleux, lieu de l’Association Terres d’Emeraude. Nous visiterons plusieurs forêts, au sein du parc naturel des Pyrénées ariégeoises, qui nous offre une nature et des paysages extraordinaires.

Grandes lignes du programme

[Module 1] du 21 au 24 mars / 17 au 20 mai

- Guider un bain de forêt : cadre, sécurité, équipement
 - o dont faune sauvage, chasse, Lyme...
- Connaissance du milieu forestier / théorie et pratique terrain
 - o Botanique, reconnaissance des arbres, fonctionnement végétal
 - o Gestion forestière, les types de peuplements et leur évolution
 - o Autres notions forestières
- Introduction au bain de forêt
 - o Histoire de la sylvothérapie, les traditions ancestrales
 - o Pratique
- Le bain de forêt / théorie
 - o Les bienfaits santé, d'un point de vue holistique
 - o Avancée de la recherche
- Le bain de forêt / pratique sur le terrain
- Initiation à la communication intuitive / théorie et pratique

[Module 2] du 18 au 21 avril / 19 au 22 septembre

- Botanique (au fil de l'eau, sur le terrain)
- Apprentissage de la relaxation, techniques respiratoires, installation professionnelle
 - Optionnel pour les thérapeutes (naturopathes, sophrologues...)
- Le bain de forêt / pratique sur le terrain
- Exploration de la juste posture du guide / théorie et exercices pratiques
 - o Apprentissage aidé de nos amis végétaux et animaux, en douceur et en lien avec le chemin d'évolution de chacun
 - o Développement de la communication intuitive
- Approche de la dimension « énergétique » des arbres
 - o Exploration du domaine de la santé des arbres
- La forêt dans le visible et dans l'invisible
 - o Approche énergétique
 - o Communication intuitive avec les lieux et leurs habitants
 - o Approche du lien vie / mort, communication avec des arbres morts
- Mise en situation de chaque participant, futur guide de bain de forêt



Tarifs

Chaque module dure 4 jours, et est au tarif de 480€, soit un total de 960€ pour les 8 jours.

A ce tarif s'ajoute une participation en soutien à l'association Terres d'Emeraude qui nous accueille : 40€ par module

(Pour les naturopathes et sophrologues, si vous ne souhaitez pas assister au thème optionnel du module 2 « Apprentissage de la relaxation, techniques respiratoires, installation professionnelle », vous avez une réduction de tarif de 60€).

L'hébergement et les repas ne sont pas compris. Des hébergements sont disponibles sur place.

Renseignements et inscription : par mail à alison.naturo@gmail.com ou tél 06.26.02.54.82

Un chèque d'acompte de 80€ est demandé pour valider l'inscription (possible aussi par virement).

Votre accompagnante – Alison Drancourt

Je suis naturopathe et sylvothérapeute.

De formation forestière à l'origine, j'ai exercé 8 ans à l'Office national des forêts. Suite à ma formation de naturopathie, j'ai souhaité faire le pont entre le domaine de la santé et mon amour premier, la forêt, en étudiant et en pratiquant la sylvothérapie. En m'initiant à la communication intuitive, j'ai pu développer ma perception du monde invisible, et mon lien avec le vivant.

J'ai choisi de m'installer en Ariège, terre de forêts, de rivières et de montagne, au cœur d'un parc naturel préservé. Je suis membre de l'Association Terres d'Emeraude, qui œuvre pour renouer les liens entre l'humain et le vivant (animal, végétal, minéral, invisible...) – www.terresdemeraude.fr

