Sophrologie et thérapie forestière

- Activités, loisirs et découvertes
- Activités et balades accompagnées

Coup de coeur

Ces sorties sont bien plus qu'un moment de bien-être. Chaque immersion est un échange qui permet au participant de réajuster son interaction avec la nature et d'ouvrir un espace nouveau dans sa conscience. Une nuit en forêt, par son aspect déstabilisant, va être une occasion d'affronter et de dépasser des peurs ancestrales, peurs qui sont à l'origine de la destruction de la nature par l'homme.

Manuela Peschmann, écothérapeute, biologiste et guide en thérapie forestière depuis 10 ans, propose, au travers d'immersions dans la forêt des Vosges du Nord type "bains de forêt" et "nuits en forêt", de renouer un lien ancestral avec la nature fondement de la santé et de l'équilibre de l'homme sur la planète. Des pratiques d'éveil sensoriel, des expériences déroutantes et une mise en condition mentale offrent une place primordiale au vécu corporel et émotionnel. Au-delà de la découverte des vertus thérapeutiques de l'écosystème forestier, ces sorties valorisent les sentiments positifs émergeant au contact de la nature en donnant à chacun l'occasion de réajuster son interaction avec elle.

Caractéristiques

Nous parlons
Allemand
Anglais
Français
Nous suivre
Site internet de Manuela Peschmann - Sophrologie et thérapie forestière
Facebook : @mpeschmann.sophrologue
Instagram : @manuela.peschmann
Youtube : Manuela Peschmann Sophrologue

Contact

Manuela Manuela PESCHMANN
06 66 76 55 93
mpeschmann.sophrologue@gmail.com

Adresse

1 chemin de la forêt
67340
SPARSBACH
06 66 76 55 93
mpeschmann.sophrologue@gmail.com
Parc

Le territoire des Vosges du Nord, situé entre Alsace et Lorraine, sur la partie gréseuse des Vosges, a parfois été appelé Wasgau, terre du Nord. Ici, l'océan, c'est une forêt.

Parc naturel régional des Vosges du Nord

Nous écrire

Nom

Prénom

Courriel

Courriel

Confirmer l'adresse de courriel

Téléphone

Message

Courriel marqué mpeschmann.sophrologue@gmail.com

CAPTCHA

Quel code est dissimulé dans l'image ? Saisir les caractères affichés dans l'image.

Cette question sert à vérifier si vous êtes un visiteur humain ou non afin d'éviter les soumissions de pourriel (spam) automatisées.

Envoyer