



Formation de Guide Sylvestre occasionnel

Si la nature est généreuse, faut-il encore en connaître les secrets avant de les offrir judicieusement. Cette formation permettra aux futurs guides sylvestres d'accompagner toute personne désireuse de découvrir les bienfaits des arbres autrement. La sylvothérapie sera déclinée sous tous ses aspects (créative, curative, culinaire et énergétique) avec un angle ludopédagogique.

Objectifs pédagogiques

- Connaître les principales essences d'arbres et leurs bienfaits
- Concevoir des activités nature
- Savoir accompagner toute personne en forêt

Travaux pratiques : Ateliers d'entraînement aux techniques de conception et d'animation de sorties sylvatiques occasionnelles. Alternance entre les activités dans le parc le matin et les mises en situation en forêt l'après-midi

Programme de la journée 1 Connaître les principales essences d'arbres et leurs bienfaits

Matin :

- Accueil sylvestre (boissons chaudes et froides, viennoiseries...)
- Annonce du programme des activités
- Présentation du guide sylvestre et des bienfaits de la sylvothérapie
- Savoir reconnaître les principaux arbres et identifier leurs bienfaits

Repas sylvestre

Après-midi :

- Départ pour *la forêt des Grands Avaux*
- Découverte de différentes essences d'arbres
- Contact énergétique avec l'arbre de son choix
- Echange avec un pin sylvestre
- Prise d'énergie avec un chêne

Programme de la journée 2 Concevoir des activités nature

Matin :

- Accueil sylvestre (boissons chaudes et froides, viennoiseries...)
- Annonce du programme des activités
- Conception d'objets, land art

Repas sylvestre

Après-midi :

- Départ pour *la forêt des 3 pignons*

Mise en pratique d'activités à proposer en sylvothérapie

- Contact énergétique avec l'arbre de son choix

Programme de la journée 3

Savoir accompagner toute personne en forêt

Matin :

- Accueil sylvestre (boissons chaudes et froides, viennoiseries...)
- Annonce du programme des activités
- Savoir s'adapter à tous les profils de participants
- Reconnaître et identifier rapidement les personnes en souffrance

Repas sylvestre

Après-midi :

- Départ pour *la forêt de Barbizon*
- Accompagnement d'un groupe en forêt