



21 mars

Journée internationale des forêts

Forêt et Bien-être : Une immersion santé en pleine nature

Office national des forêts
à Maisons-Alfort Cedex (94704)

Sociale

Type d'activités

Sorties et animations (Randonnée, balade, Guidées, commentées, Bains de forêt, sylvolthérapie)

Description du projet

Participez à une sortie unique lors de la Journée Internationale des Forêts pour découvrir les bienfaits de la forêt sur la santé humaine. Accompagné par un expert, explorez comment la nature peut améliorer notre bien-être, réduire le stress et renforcer notre santé mentale. Une belle occasion de respirer l'air pur de la forêt tout en apprenant à quel point cet environnement joue un rôle crucial pour notre équilibre et notre vitalité.

Animation en partenariat avec la Parc national des forêts.

Infos pratiques

Lieu de rendez-vous

Côté 52 – surement Les essarts FD Arc-Chateauvilain
21400 CHATILLON SUR SEINE

Horaires

14h-17h

Téléphone

06 16 82 62 64

Email

veronique.micard@onf.fr

Site web

www.onf.fr/vivre-la-foret/raconte-moi-la-foret/nos-evenements/+/2046::journee-internationale-des-forets

Réservation obligatoire
OUI

Tarif
GRATUIT