ÉVÈNEMENT [Transformer en *Acte : compte rendu détaillé*] Passé

Palabres d'Aqui - « La forêt nous fait du bien ! »

Nature et Santé

Mots clés
bienfaits de la nature

Mise à jour de cette page :
26/09/2023

Type d'évènement
Journée d'échanges

Date
mercredi 20 septembre 2023 de 10:00 à 17:00

Publics :
Tout public

Lien externe
https://www.parc-pyrenees-catalanes.fr/agenda/17264

Dans le cadre des Palabres d'Aqui organisées par le Parc Naturel Régional des Pyrénées Catalanes, et en partenariat avec le Contrat Local de Santé Montagnes Catalanes et la TRAM66 (réseau d'Education en Environnement et Développement Durable), nous nous invitons à une **journée autour de la Forêt et du lien que nous entretenons avec la Nature**.

Tout au long de la journée, vous pourrez :

- participer à des ateliers en immersion dans la forêt (grimpe d'arbre, Bains de forêt, ateliers d'écriture, jeu de piste de la biodiversité, Qi Gong),
- lire en plein air avec la médiathèque itinérante,
- rencontrer plusieurs partenaires sur stand,
- visionner une exposition du PNR sur la biodiversité,
- questionner notre rapport à la forêt et à la Nature, et en mesurer les bienfaits sur la santé mentale et le bien-être.

Déroulé de la journée

- **10h** : Accueil et inscription aux ateliers du matin
- **10h30 - 12h30** : Ateliers - possibilité de choisir un atelier sur la durée de la matinée
- **12h30 - 14h** : Pause déjeuner - présence du Food truck La Popotte (possibilité de commander un menu à 15€ : Poke Bowl - au choix : avec viande, poisson ou végan + boissons chaudes/fraiches, glaces et crêpes tout au long de la journée) ou repas tiré du sac
- **13h30** : Inscription aux ateliers de l'après-midi
- **14h - 14h30** : Débat mouvant
- **14h30- 16h30** : Ateliers - possibilité de choisir un atelier sur la durée de l'après midi
- **16h30 - 17h** : Bilan de la journée avec les participants et les intervenants

TOUT PUBLIC – GRATUIT

Les activités sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.

Inscription fortement conseillée auprès du PNR au 04.68.04.97.60 / contact@pnrpc.fr ou auprès du CLS au 06.71.21.10.80 / cls.montagnescatalanes@pyrenees-cerdagne.com

Nos partenaires : Robin Piegay / Haut Perché ; Carme Ruset Font / association Sours ; Blandine Margoux / Lectures pas à pas • Écritures à ciel ouvert ; Sandrine Bienfait / Eveil

Personne contact

Fanny ROUQUETTE
Coordinatrice du CLS Montagnes Catalanes
cls.montagnescatalanes@pyrenees-cerdagne.com
06.71.21.10.80

Adresse

Salle hors-sac de la station
66210 St Pierre del Forçats
France

Organisateur

- **Tram'66**
  66350
  Toulouges

Documents

Crédit: Auteur inconnu
Licence: CC-by-SA

rando ; Antoine Far i Ferrer et Gabriel Nieto de Francesco / Escuela Taoista del Sur La union completa ; Maison de la Vallée d'Eyne ; Les Petits Débrouillards ; Nataph ; Réseau des médiathèques de la Communauté de Communes Pyrénées Catalanes ; Mairie de St Pierre dels Forçats.

En cas de mauvais temps, la journée sera annulée en raison des ateliers en extérieur et sans solution de repli.

Retrouvez la vidéo de la journée sur le même thème qui s'est déroulée l'an passé à Ste Léocadie https://youtu.be/NB97N2R0kV4

Coût / Tarif

Gratuit sur inscription