

Séminaire Ã?cothérapie â?? 29 au 31 Aout 2024

## **Description**

Les turbulences de la vie, les bousculements sociétaux actuels, le rythme de vie toujours plus accéléré, lâ??envie dâ??une vie plus saine et joyeuse, nous invite aujourdâ??hui à tenir compte de lâ??espace et du contexte de vie dans lesquels nous évoluons.

Lâ??écothérapie propose que les espaces naturels (Nature et Environnement) occupent une place centrale dans lâ??accompagnement thérapeutique ou relationnel. Une logique dâ??accompagnement et de développement personnel qui ouvre sur la rencontre de trois acteurs : Client â?? Accompagnant â?? Nature.

Une rencontre unique pour permettre que de puissants et durables changements voient le jour.

Si la souffrance conduit souvent vers plus dâ??immobilité, sâ??appuyer sur le « médiateur Nature » ouvre à de nouvelles perspectives de développement holistique, sensorielle et corporelleâ?!Une occasion offerte de se relier directement au Vivant. Ce séminaire vous permettra de découvrir et de pratiquer avec lâ??environnement externe â?? la Nature et dâ??appréhender la richesse de toutes ses spécificités sur le plan psychologique. Les professionnels pourront construire des accompagnements qui leurs ressemblent.

Une approche joyeuse pour soi et pour aider les autres, qui sâ??inscrit dans le courant de la psychologie transpersonnelle. Un moyen de soutenir cette précieuse relation entre lâ??Homme, le Monde et Plus Grand que lui.

## **Prérequis**

Aucun

### **Objectifs**

- Aborder les principes et notions : projection, symbolisation, créativité, transitionnel, jeuâ?¦
- Pratiquer des exercices dâ??écothérapie pour soi et/ou pour lâ??accompagnement
- Découvrir les liens entre fonctionnement psychologique et environnement naturel
- Construire séquences de soin et des exercices basés sur lâ??environnement naturel

#### Contenu du séminaire

## Jour 1 : Vous avez dit écothérapie ?

- Notions fondamentales dâ??écothérapie
- Historique et évolution de lâ??approche
- Interconnexion entre soi, autres, monde, plus grand que soi
- Lien entre Nature et santé mentale vs bien-être
- Ã?cothérapie et vision transpersonnelle
- Ã?tapes principales dâ??une sÃ@ance en Ã@cothÃ@rapie
- Techniques de pleine Conscience et de pleine Présence
- Expériences sensorielles pour renforcer la connexion avec la Nature
- Temps de synthÃ"se de la journée
- Temps de questions-réponses

# Jour 2 : Accompagnement bien-Ãatre ou thérapeutique

- Analyse du fonctionnement psychologique pour choisir des techniques dâ??intervention
- Jeux avec les métaphores et des symboles liés à la nature
- Techniques de connexion avec la Nature pour accompagner des changements
- Outils de bien-Ã<sup>a</sup>tre basées sur lâ??Espace Relationnel Extérieur (ERE)
- Outils dâ??activation et de transformation de soi
- Temps de synthÃ"se de la journée
- Temps de questions-réponses

# Jour 3 : Construire des séances dâ??écothérapie pour soi ou ses patients

- Construction et structuration des séances en extérieur
- Choix et pratique des exercices de bien-Ãatre et de changement en écothérapie
- Pratiques de méditation active avec la Nature

- Techniques de résilience et de gestion émotionnelle avec la Nature
- Réflexion sur le rà le, la posture et les interventions dâ??un écothérapeute
- Récapitulatif des points clefs
- Questions-réponses complémentaires
- Bilan du séminaire

#### Le tarif de votre séminaire : 800 euros TTC

#### Comprenant:

- 3 jours de formation avec Guillaume Poupard (Voir programme ci-dessous)
- 3 activités complémentaires, en lien avec la thématique du séminaire
- Balade dans la nature environnante â?? exceptionnelle, Yoga Nature, et Art Nature thérapeutique
- 3 Déjeuners, 2 Dîners et collations
- Cuisine savoureuse, équilibrée, produits frais et locaux

N.B.: Les soins individuels sont en option et sur demande au tarif de 70 euros par séance (voir onglet « Activités »)

Conditions de réservation : 30% à la réservation, le reste payable sur place à votre arrivée le 23 mai. Possibilité de paiement en 4 fois sans frais par PayPal.

#### Informations importantes:

## Séminaire sur 3 jours.

- stage non r\(\tilde{\Omega}\) sidentiel. Choix d\(\tilde{\alpha}\)? h\(\tilde{\Omega}\) bergement possible chez nos prestataires aux alentours, en fonction de votre budget et go\(\tilde{\A}\)\* t: le camping \(\text{La Rivi\(\tilde{\A}\)" re aux Papillons}\) ou les chambres d\(\tilde{\alpha}\)? h\(\tilde{\A}\) tes \(\text{les Milles Bottes}\) (tarif avantageux en sp\(\tilde{\Omega}\) cifiant que vous venez pour le stage), mai aussi le \(\tilde{G}\)\(\tilde{\Omega}\) te \(\text{Les Hautins}\) ou le \(\tilde{C}\)\(\tilde{\Omega}\) de Rieucaz\(\tilde{\Omega}\) dans le village, ainsi que le \(\tilde{G}\)\(\tilde{\Omega}\) te \(\tilde{I}\)\(\tilde{\Omega}\) encore dans un rayon de 10 minutes autour du centre.
- Départ le dimanche à 18h
- Pour le respect du groupe et du stage, il est demandé de participer au stage du début à la fin
- Date limite de r\(\tilde{A}\)\(\tilde{\text{C}}\)servation: 15 ao\(\tilde{A}\)\(\tilde{x}\) t 2024

### **Des Questions?**

Pour toute information, questions, vous pouvez contacter Céline:

07 70 09 51 75

contact@aether-cagire.fr

### **Tags**

- 1. ressourcement
- 2. Séjour Aether