

---

# Bain de forêt / Forêt domaniale de Montfort-sur-Risle

Bain de forêt / Forêt domaniale de Montfort-sur-Risle

Le bain de forêt n'est pas une randonnée mais une marche lente et consciente pour se relier à soi, aux arbres, au vivant, ponctuée d'invitations au lâcher prise. La sylvothérapie agit sur la diminution du stress dans l'organisme et renforce sa fonction immunitaire... et plus encore ! Une cérémonie du thé clôturera le bain de forêt.

Au plaisir de se retrouver sous la canopée.

- Organisée par "L'Arbre Chuchoteur"
- Réalisé avec l'autorisation de l'Office National des Forêts.
- Rendez vous : Parking du collège Marcel Maceron de Montfort
- Durée : 2H30
- Tarif : Don en conscience
- Minimum 5 personnes
- Information/ inscription au 06 15 93 11 61 ou Messenger Facebook