

ATELIER DÉCOUVERTE MÉDIATION ET RESSOURCEMENT PAR LA NATURE

Parc des Buttes-Chaumont, Paris • 12 septembre 2020 • de 14 h 30 à 17 h

C'est scientifiquement prouvé : le simple fait de se mettre au vert fait du bien, permet de prendre le recul nécessaire, favorise la communication, réduit le stress, les tensions et stimule la créativité.



Venez découvrir métaNATURE® :

- ➔ Une méthode aux fondements scientifiques (psychologie de l'environnement, écopsychologie, sylvothérapie, hortithérapie), reconnue et ludique, créée par Jean-Luc Chavanis en partenariat avec l'université de Cergy-Pontoise, le Pr Alain Calender (CHU Lyon), le psychiatre François Balta
- ➔ Une méthode pour connecter ses ressentis, s'inspirer de l'intelligence de la nature et imaginer les solutions concrètes pour harmoniser au mieux le jardin de sa vie
- ➔ Une méthode pour renforcer la cohésion des équipes, gérer le stress, éviter les conflits ou les dénouer en douceur, prévenir le burn-out, accompagner naturellement les transformations
- ➔ Une méthode pour se ressourcer, (re)trouver la vitalité en se reliant à la multisensorialité par des exercices simples et rapides

Atelier animé par **Jean-Luc Chavanis**, concepteur de **métaNATURE®**, consultant en santé au travail, coach et médiateur, auteur de *Ces jardins qui nous aident* (Le Courrier du Livre) et coauteur de *Outils et pratique de la médiation* (InterÉditions).



INSCRIPTION

06 76 04 75 17 • contact@metanature.fr

TARIF

48 € net

Attention : nombre de places limité
L'atelier aura lieu, quel que soit le temps !

Je m'inscris

métaFORM®
management
www.metaform-management.com

métaNATURE®
outdoor coaching
www.metanature.fr