

### **Animation : CRÉANATURE à 15H en Forêt (tous les mardis)**

Sur le sentier des arbres, une animation vagabonde pour petits et grands avec pour trésors ce que nous offre la nature durant l'été. Martine, animatrice en sylvothérapie, vous invite à vivre des moments surprenants ludiques et créatifs dans un environnement de toute beauté.

RV à l'Office de Tourisme de Sumène Artense à Champs sur Tarentaine. Durée ? : Ambiance agréable...

Sur réservation uniquement : Martine Guillemet au 06.76.11.43.03

Tarifs : Adulte : 10 €, -18 ans : 5 €, - 6 ans : gratuit

### **Bain de nature à 15H00 en forêt (tous les jeudis)**

La nature vous accueille pour un moment de plaisir sensoriel partagé. Renouez avec la lenteur, la respiration et stimulez votre vue, le toucher, l'odorat grâce à des approches en relation sensible avec la nature. Martine, animatrice et accompagnatrice en sylvothérapie vous emmène de surprise en lâcher-prise, pour apprécier les bienfaits de la forêt cantalienne.

RV à l'Office de Tourisme de Sumène Artense à Champs sur Tarentaine. Durée ? : Ambiance agréable...

Sur réservation uniquement : Martine Guillemet au 06.76.11.43.03

Tarifs : Adulte : 10 €, -18 ans : 5 €, - 6 ans : gratuit – covoiturage éventuel.

### **Bain de nature en soirée à 20H - « Cool'heure en forêt » au Lac de la Crégut -mercredi 26 juillet (sortie unique)**

Le jour s'apaise, la nuit pointe doucereusement son nez et les couleurs changent. Offrez-vous seul ou en famille des instants exceptionnels pour apprécier et ressentir les couleurs de l'été. Martine, animatrice et accompagnatrice en sylvothérapie, vous invite, sous des formes ludiques, créatives et sensorielles surprenantes à contempler et vibrer ensemble au coucher du soleil. Retour à la nuit étoilée.

RV à l'Office de Tourisme de Sumène Artense à Champs sur Tarentaine. Durée ? : Ambiance agréable...

Sur réservation uniquement : Martine Guillemet au 06.76.11.43.03

Tarifs : Adulte : 10 €, -18 ans : 5 €, - 6 ans : gratuit – covoiturage éventuel apprécié

### **Bain de nature en soirée à 20H – « Petits riens, grande nature » au lac – mercredi 16 août (sortie unique)**

Une mousse étoilée, des feuilles joueuses, un joli brin d'herbe, des hêtres aux gestes majestueux, un paysage au bord de l'eau apaisant et vos grands yeux pour vivre la beauté de la nature en toute sensibilité. Martine, animatrice et accompagnatrice vous propose de prendre le temps de vous relier à ces petits riens naturels qui offrent tant de petits bonheurs partagés seuls ou en famille. Retour à la nuit étoilée.

RV à l'Office de Tourisme de Sumène Artense à Champs sur Tarentaine. Durée ? : Ambiance agréable...

Sur réservation uniquement : Martine Guillemet au 06.76.11.43.03

Tarifs : Adulte : 10 €, -18 ans : 5 €, - 6 ans : gratuit – covoiturage éventuel apprécié