

Ressourcement & Bien-être  
à l'Étang des Essarts (57260 DIEUZE)

# Sylvothérapie

Le bien-être par les arbres

Office de  
Tourisme  
Saulnois  
Terroir de Charme

Destination  
MOSELLE



DES ARBRES  
ET DES AILES



[tourisme-saulnois.com](http://tourisme-saulnois.com)

La *sylvothérapie* est une pratique qui vient du Japon. Elle vise à améliorer notre *bien-être* en nous connectant à la nature et à nos 5 sens.

Lors d'une immersion en forêt, Lucie Coupé, sylvothérapeute, vous invite à ralentir votre rythme et vivre pleinement le moment présent, tout en puisant l'énergie des arbres.

Les samedis :  
**26** mars, **16** avril, **14** mai  
**4** juin et **10** septembre  
de 14h00 à 17h00

Et le samedi **27** août de 9h30 à 12h30

Uniquement sur réservation (places limitées)

**23€/personne**

Informations & inscriptions :  
Office de Tourisme du Pays du Saulnois

03 87 01 16 26  
contact@tourisme-saulnois.com  
Réservation obligatoire