

YANN NIRRENGARTEN

Ateliers • Conférences • Sorties nature

Naturopathe certifié • Formateur • Guide nature



Des interventions accessibles et participatives autour de la vitalité, de l'hygiène de vie, des plantes et de la nature.

Pour associations • MJC • foyers ruraux • collectivités • structures socioculturelles

MES OFFRES :

⚡ **VITALITÉ & HYGIÈNE DE VIE :**

- Comprendre la fatigue & retrouver son énergie
- Alimentation & vitalité
- Un bon sommeil : premier carburant de la vitalité
- Les plantes au service de la vitalité

🌿 **ATELIERS & CONFÉRENCES :**

- Huiles essentielles : usages traditionnels & olfactothérapie
- Tisanes & préparations naturelles : baumes, lessive au lierre, ...
- Tempéraments hippocratiques : morphologie, personnalité & vitalité
- L'art des combinaisons alimentaires

🌿 **SORTIES NATURE (printemps, été, automne) :**

- Sortie plantes sauvages & tradition
- Les petits botanistes : création d'un herbier
- Les petits explorateurs de la nature : jeu de piste botanique

→ D'autres thématiques peuvent être proposées selon votre public et votre projet.

DES FORMATS POUR DIFFÉRENTS PUBLICS :

- 👤 Adultes : ateliers • conférences • sorties botaniques
- 👨‍👩‍👧 Familles : ateliers enfants-parents • découverte sensorielle
- 👧 Enfants : petits botanistes • découverte des plantes
- 👴 Seniors : ateliers autour de la vitalité • conférences • sorties botaniques adaptées

DES INTERVENTIONS ADAPTABLES À VOTRE STRUCTURE :

- 🔧 Atelier : 1h – 2h
- 🎤 Conférence : 1h15 – 2h
- 🌿 Sortie nature : 1h15 – 2h30

Le contenu et le format sont adaptés au public, au lieu, à la saison et aux objectifs de votre structure.

MON EXPÉRIENCE DE TERRAIN :

28 sorties botaniques • 9 ateliers pratiques • 4 conférences

Naturopathe certifié — formation de 1 200 h sur 4 ans

Des interventions déjà réalisées auprès d'associations, collectivités et structures locales :



Vous avez un projet d'atelier, de conférence ou de sortie nature ?
Échangeons sur votre programmation !

Yann Nirrengarten – Chemin de Vitalité

📞 06 73 81 06 90

✉ yann.chemindevitalite@gmail.com

🌐 www.yann-chemin-de-vitalite.fr



Découvrez mes activités :

