

Emmanuelle Cheminat - Ecothérapeute

Thématiques principalement traitées: 🌿 Nature et Santé 🌍 Changements climatiques 🌱 Santé-Environnement

Je suis écothérapeute, je travaille dans la Santé-environnement, plus particulièrement sur les effets positifs de la nature sur la santé (bienfait des sorties en nature sur la gestion du stress par exemple), mais également sur les effets négatifs du changement climatique sur la santé et d'autres facteurs.

Ainsi je sensibilise à la connaissance des effets du changement climatique, et j'accompagne les émotions liées à cette prise de conscience. En particulier **l'éco-anxiété**, qui est mon domaine d'expertise. **Je suis spécialisée dans la gestion et la régulation des éco-émotions** : comment bien vivre et transformer son éco-anxiété en émotion utile.

- Je propose des formations et des ateliers sur la gestion des émotions,
- Des groupes de parole autour de ces sujets
- Des ateliers de Travail qui Relie, pour transformer ses éco-émotions et se relier à d'autres personnes avec la même sensibilité
- Des bains de forêt pour se relier au vivant et découvrir des ressources pour gérer son stress
- Des conférences sur les éco-émotions, ou sur le changement climatique
- Des formations en santé-environnement
- Des formations en gestion du stress
- Des fresques : Fresque du Climat et Fresque des Nouveaux récits, pour travailler la notion de futur désirable

Une palette d'outils pour appréhender les enjeux de santé-environnement : les comprendre et bien vivre avec la conscience de la complexité de ce monde.

Description de vos missions en ESE

Tout mon travail est en lien avec l'éducation à la santé-environnement :
Formations sur l'ESE et One-Health
Formations sur les liens entre santé mentale et qualité de son environnement
Formations et conférences sur l'éco-anxiété et les éco-émotions
Bains de forêt et ateliers en nature pour apprendre à se ressourcer en nature
L'ESE est au coeur de mon approche, en particulier sur la sensibilisation aux bienfaits de la nature sur la santé et le bien-être.

Fichier(s) attaché(s)



Télécharger le fichier Présentation formations Emmanuelle Cheminat.pdf

Mise à jour de cette page : 09/01/2025

Personne contact
Emmanuelle
CHEMINAT
Ecothérapeute

Adresse et contact
Adresse
Fondloup
250 chemin de
fondlouet
69790 AIGUEPERSE
France

Site web
<https://www.eco-therapeute.fr/>
Email
e.cheminat@ecotherapie.fr

 Consulter la carte

Informations sur la structure

Type de structure:

Entreprise ⓘ

Principaux domaines d'activité

- Information, communication, sensibilisation
- Education, animation, médiation
- Conseils, expertise
- Formation

Publics/participants

- Professionnels
- Élus
- Salariés
- Tout public

Territoire d'intervention

- Régions

Territoire d'intervention (détails):

Auvergne-Rhone-Alpes, Bourgogne-Franche-Comté et Grand Est