



Je me prépare à ...

Mon Initiation à l'observation et à l'identification de plantes forestières **ou**

Ma séance de Shinrin Yoku

- Je porte des vêtements, chaussures ou bottes adaptées selon la météo et pour la marche en forêt. Je peux amener un sac à dos.
 - Je porte des pantalons. Tiques et herbes à puces possibles
 - S'il y a un risque de pluie, j'apporte un imperméable et je regarde dans ma boîte de courriel la journée avant pour vérifier si l'activité a bien lieu. Je vérifie dans mes SPAM.
 - Je peux amener de quoi écrire pour prendre des notes sur les plantes et leurs utilisations.
-
- ❖ Les outils ou accessoires nécessaires vous seront prêtés sur place.
 - ❖ Il est interdit de fumer dans la forêt.
 - ❖ Les animaux de compagnie ne sont pas acceptés.
 - ❖ La guide a une trousse de 1^{ers} soins avec elle.
 - ❖ Ne pas manger de plantes sans l'accord de la guide.